వాంఛ పోదు గనుక.... 40 సంవత్సరములు దాటిననూ.... సంగమము జరుపవచ్చును.

7] నియమబద్ధముగ సంభోగము జేసికొనువారికి- బుద్ధి, ఆరోగ్యము, శారీరక పుష్టి, బలము, ఇంద్రియపటుత్వము వృద్ధిజెందును. త్వరగా ముసలితనమురాదు

8] ఆరోగ్యవంతులైనవారు- "తత్సంగమం దినత్రయమ్"అంటే.... మూడు దినములకొక పర్యాయము సంభోగము జరుపుట మంచిదని ఆయుర్వేదము చెబుతున్నది.

9] దీర్ఘాయువును కోరువారు- 16 సంవత్సరముల వయసు రాక ముందూ, 70 సంవత్సరముల వయసు దాటిన తదుపరీ పూర్తిగా సంభోగమును వదలివేయవలెను.

10] ఆయుర్వేదము ఇట్లు చెప్పుచున్నది:- "తనకన్న వయస్సులో పెద్దదైన స్త్రీతో- సంభోగము చేయరాదు. అట్లు చేయుటవలన ఆయువు క్షీణించును. సంభోగించు పురుషునకు-స్త్రీకంటే.... కనీసము 5 సంవత్సరముల వయస్సు అధికముగా ఉండాలి. పురుషుడు-స్త్రీకన్న.... వయస్సులో పెద్దగనుండుట ఉత్తమము!"

11] "పగలు సంభోగము జరుపరాదు. పగలుగానీ, రాత్రిగానీ.... ఒంటిగంటనుండి, 3 గంటలలోపు సంభోగమునకు పనికిరాని సమయమ"ని కామశాస్త్ర గ్రంథములు చెప్పుచున్నవి. అది భూత, ప్రేత, పిశాచములకు సంచారసమయము! కనుక.... నిషిద్ధ సమయముగా ఎంచవలెను.

12] శరీరము బలహీనముగ నున్నపుడూ; జ్వరము వచ్చి, తగ్గిన తరువాత రెండు-మూడు రోజులవరకూ; రక్తవిరేచనములైన అనంతరమూ సంభోగము చేయరాదు.

13] ముఖ్యముగ 'కామెర్లవ్యాధి (జాండిస్)' వచ్చినపుడు సంభోగము చేయుట అతి ప్రమాదము!

14] అమావాస్య, పూర్ణమ దినములలో; పగలంతయు ఉపవాసమున్న రోజులలో సంభోగమును పరిత్యజించుట మంచిది.

15] సంభోగమునకు ముందు.... పురుషుడు- స్త్రీని మంచి మాటలతో 'అనంగశృంగారము'తో అంగీకరింపజేసిన తదుపరి మైథునము (సంభోగము) జరిపినచో.... మనస్సున కుల్లాసమూ, తృప్తీ గలుగును.

16] సంభోగానంతరము- మంచినీరు త్రాగి ప్రశాంతముగ పండుకొనిన.... మంచి నిద్ర పట్టును.

17] "సంభోగ సమయమున- స్త్రీ-పురుషుల మనస్థితి ననుసరించి.... పుట్టబోవు బిడ్డల ఆరోగ్యమాధారపడి యుండును"ని భారతీయ కామశాస్త్రకారుల నమ్మకము!

యుక్తవయస్సులో నున్నవారికి- ఇతర స్త్రీలతో లైంగిక సంబంధముండుట వలననూ, అతిగా సంభోగము జరుపుట వలననూ- శరీర పటుత్వము తగ్గి, సంభోగశక్తి క్షీణించును. తర్వగా అంగస్తంభన (లింగము లేచుట) జరుగదు. అటువంటివారు- భయముతో హాస్పిటల్‌కు పోయి, అధిక ధనవ్యయము చేయుచుందురు. తానిని వంకగా తీసికొని కొందఱు మోసకారులు రోగినుండి ఎక్కువ డబ్బును రాబట్టుటకు ప్రయత్నములు గూడ చేయుచుందురు.

సంభోగశక్తి లోపించినవారికి, నపుంసకులకు (మగతనము లేనివారికి) ఆయుర్వేద శాస్త్రములో- కొన్ని మందులూ, చిట్కాలు గలవు. పురాతన గ్రంథములను పరిశీలించి, ఆ చిట్కాలను వ్రాయుచుంటిని.

ధాతు పుష్టికి, సంభోగ శక్తికి ఆయుర్వేద వైద్య ప్రక్రియలు

శీఘ్రస్ఖలనమునకు :- యౌవనములో నున్న కొందఱు జనులకు వేడి చేయుట చేతను, సంభోగ మెక్కువగ జేయుట చేతను ఇంద్రియము శీఘ్రముగ స్ఖలనమగుచుండును.

1) చికిత్స :- గొబ్బిగింజలు, పల్లేరు విత్తులు, నేలతాడి పిల్లితీగలు (శతావరి), బూరుగుబంక వీనిని పంచదారతో కలిపి; తదుపరి ఆవు నేతితో ముద్దగా జేసి; ఆ మందును-పెద్ద కుంకుడు కాయంత తిని, ఆవు పాలు త్రాగుచుండవలెను. ఇట్లు వారము రోజులు సేవించిన .... మంచి గుణము కనిపించును.

2) అపరిమితమైన వీర్య వృద్ధికి : యష్టి మధుకము (తెల్లగురి గింజ) ఆకు చూర్ణము, తేనె, నెయ్యి వీటిని కలిపి; మండలము (40) రోజులు పుచ్చుకొనవలెను. మందు బాగుగా మర్దన చేసిన ఎడల గుణమధిక మగును. మాత్ర ప్రమాణము-పెద్ద కుంకుడు గింజంత! భోజనానంతరము మందు తినవలెను. మందు సేవించిన తదుపరి పాలు త్రాగవలెను.

3) కామము లేనివారికి : కొంతమంది పురుషులకు కామవాంఛ బహు స్వల్పముగ నుండును. అట్టివారు "సంభోగ సమయమున స్త్రీలను తృప్తి పఱచగలమా? లేదా?" యని అనుమానపడుచుందురు. వారీ క్రింద దెలిపిన ఔషధమును, చెప్పినప్రకారము క్రమము దప్పక వాడిన గుణము కనిపించును.

చికిత్స :- తొత్తడివేరు, 7 మిరియములు, చిన్నసుగంధివేరు (దీనిని పసిపిల్లలకు ఉగ్గుబాలలో కలిపి వాడుచుందురు. మంచి సువాసన గలిగి యుండును). ఈ మూడింటిని కలిపి నూఱి: గచ్చకాయలంత మాత్రలు జేసి, 7 దినములు రాత్రులందు భోజనానంతరము సేవించవలెను. బల వర్థకములైన పదార్థములు, పాలు-పండ్లు వాడినచో....మంచి గుణము కనిపించును.

4) మగసిరికి (తేలిక యోగములు) :-

A) రోజుకు నాలుగు ఖర్జూరపుకాయలు, 4 బాదము పప్పులు కలిపి 10 రోజులపాటు భోజనానంతరము సేవించవలెను.

B) వేపించిన మినుములను పిండిచేసి; అందులో బెల్లమూ, నెయ్యి కలిపి; ప్రతిపూటా ఆరు చెంచాలు తినుచూ; ఆవుపాలు త్రాగు

చున్న .... అపరిమితమగు వీర్య వృద్ధి కలుగును. ఇట్లు 15 రోజులు సేవించిన....గుణము కనిపించును. ఆవు దొరకనిచో, బర్రెపాలు త్రాగవచ్చును.

C) రోజూ కప్పు నీటిలో మంచి కల్తీలేని పుటుక తేనె నాలుగు టీ స్పూన్‌లు కలిపి; సేవించుచున్న .... వీర్య వృద్ధి యగుటయే గాక.... జలుబు, నెమ్ము మొదలగు జబ్బులు గూడ త్వరలో నివారణ యగును.

D) 5 తులముల సెనగలను తీసికొని, రాత్రివేళ గిద్దెడు నీటలో నానవేసి, తెల్లవారుజామున గుడ్డకు ముడివేసి, వ్రేలాడదీసి క్రింద ఒక పాత్ర నుంచ వలెను. నీరు (సెనగల సారము) పాత్రలోనికి దిగును. ఆ నీటిలో మంచి కల్తీలేని పుటుక తేనె రెండు తులములు కలిపి, మండలము రోజులు (40 రోజులు) త్రాగుచుండవలెను. అట్లు చేసిన .... 60 సంవత్సరములు మించిన ముసలివారికి సైతము అధిక సంభోగశక్తి గలుగును.

5) వీర్య వృద్ధికి, బలమునకు-అమోఘ లేహ్యము :-

మినుములు-దోరగా వేపించినవి 1 గిద్ద; పెన్నేరు-శుద్ధిచేసినవి 200 గ్రాములు (పెన్నేరు దుంపలు ఆవు పాలలో ఉడికించి, ఎండించిన శుద్ధియగును); శతావరి (పిల్లి పీచర వేరులు)–200గ్రాములు, నెయ్యి 100 గ్రాములు- ఈ వస్తువులను చూర్ణముజేసి, తగినంత పంచదారతో పాకము బట్టి, సన్న సెగన లేహ్య పాకముతో వండి, దించి, సీసాలో భద్రపఱచుకోవలెను. రాత్రి పరుండ బోవు నపుడు (భోజనానంతరము) గచ్చకాయంత ఉండను దిని, వేడిపాలు త్రాగుచుండవలెను. ఇట్లుచేసిన.... అపరిమితమైన బలము కలుగును. వీర్యము స్తంభించును. శరీరమునకు చలువ జేయును. 10 సంవత్సరములలోపు వయస్సు పిల్లలు పూటకు గుంటగింజంత వాడవచ్చును.

6) బలమునకు, ధాతు పుష్టికి పంచ కుంజర లేహ్యము :-

"కుంజరమ"నగా సంస్కృతమున ఏనుగు! ఈ ఔషధము వాడినచో....ఏనుగువలె-కండ పుష్టి, ధాతువృద్ధి గలుగునని వైద్య గ్రంథములలో వ్రాయబడినది.

శ్లో॥ అశ్వగంధాతిలామాషా-గోక్షీరేశ శతావరీ
క్షీరాజ్యశర్కరాయుక్తం-రాత్రికాలేతు సేవనం
సప్త రాత్రోపయోగేన-పంచకుంజరసత్వవాన్॥

అశ్వగంద చూర్ణము (పెన్నేరు) 1 గిద్ద, తిలా (నువ్వులు) అరగిద్ద, మాషా (మినుములు వేపించినవి) 1 గిద్ద, గోక్షీరము తగినన్ని, శతావరి (పిల్లిపీచర వేరుల)చూర్ణము గిద్ద, ఆజ్యము (నెయ్యి) తగినంత ఈ వస్తువులను మొత్తముగా చూర్ణము జేయాలి. విధిగా పంచదార పాకము కాస్తూ.... పై వస్తువుల చూర్ణమును పాకమునందు బోసి, పాకము తయారైన తరువాత నెయ్యి గలిపి, ఆరనిచ్చి సీసాలో భద్రపఱచుకోవలెను. ఈ లేహ్యమును-పూటకు గచ్చకాయంత చొప్పున, రెండుపూటలా తినుచూ.... ఆవుపాలు త్రాగుచుండిన....అపరిమితమైన బలము గలుగును. 50 సంవత్సరములు మించిన వారు గూడ ఇఱ్ఱికారుతో సమముగా నుందురు.

7) ఇంద్రియ దోషములు తొలుగుటకు :- ఉసిరిక పప్పును చూర్ణించి, చెఱకు రసములో 21రోజులు భావనజేసి (మూడురోజులకొకసారి చెఱకు రసమును మార్చుచుండవలెను. భావన చేయుట అనగా నానబెట్టుట); నానిన ఉసిరిక పప్పును నీడలో ఎండించి, దానికి సమానముగా పంచదారను గలుపుకొని; పూటకు పావుతులము చొప్పున సేవించి ఆవు పాలు త్రాగవలెను. ఈ ఔషధము రెండు మండలములు (80రోజులు) వాడిన ఇంద్రియ దోషములు తొలగి పోవుటయేగాక....శుక్ల వృద్ధి, సంతానము కలుగును.

8) వీర్య పుష్టికి :- గొబ్బివిత్తులు, చింతగింజలు సమాన భాగములు దెచ్చి; చూర్ణముజేసి, మఱ్ఱిపాలతో తడిపి, నీడన ఎండించి, మరల బాగుగా

నూజి, మూర్తమునకు రెండింతలు పంచదార గలిపి, 7 రోజులు పూటకు 1 తులము చొప్పున వాడుతూ అరగిద్ద ఆవుపాలుగానీ బఱ్ఱెపాలు గానీ త్రాగుచున్న ....అపరిమితమైన వీర్య వృద్ధి గలుగును.

త్రాగెడి నీరు - గుణములు

1) "నీరే ప్రాణాధారము" అను నానుడి గలదు. నీరు కలుషిత మగుట వలన....ఆ నీటిని త్రాగినవారికి-అనేకములగు వ్యాధులు గలుగు చుండును. నీటిని శుభ్రముగ వడపోసి త్రాగుట మంచిది. 'నీటి ఎద్దడి' గలిగి-బావులలో, చెఱువులలోని నీరు ఇంకి పోయినపుడు....బావులలో 'బ్లీచింగ్ పౌడర్' చల్లి....ఆ నీటిని శుభ్ర పఱచుచుందురు. నీటి ఎద్దడి గలిగినపుడు నీటిని బానలోబోసి, చిల్లగింజ (పచారీషాప్స్‌లో దొరకును)ను అఱుగ దీసి ఆ గంధమును కొంచెము బానలో గలిపిన మలినమంతయు అడుగునకు చేరును. ఇట్టినీరు త్రాగినను ఏ విధమైన జబ్బులురావు.అంటు వ్యాధులు, కలరా, అతిసారము (నీటివిరేచనములు) ఎక్కువగ వ్యాపించి నపుడు నీటిని కాచి, వడపోసి, త్రాగుట మంచిది.

2) నీరు భోజనారంభమున అధికముగ త్రాగిన....ఆకలి తగ్గి దేహము కృశించి పోవును.

3) భోజనానంతరము వెంటనే అధికముగ త్రాగిన....శరీరము స్థూలమై(లావెక్కి), కఫము, నెమ్ము వృద్ధియగును. భోజన మధ్యములో తగినన్ని త్రాగవచ్చునని ఆయుర్వేదములో చెప్పుచున్నది. అట్లు త్రాగిన ....జీర్ణ శక్తి, ధాతుపుష్టి, సౌఖ్యము కలుగుటయేగాక .... ఏ వ్యాధులూ అంత త్వరగా రావు

చన్నీటి గుణములు :- శీతలోదకము త్రాగుటవలన .... బడలిక (శ్రమ) మూర్ఛ తగ్గును. వాంతులు నివారణమగును. చన్నీరు-భ్రమనూ, శ్రమనూ పోగొట్టి; తాపమును నివారించును. వ్యాధి వలన బల క్షీణతనందినవారు చన్నీరు త్రాగుట మంచిదికాదు.

వేడినీటి స్వభావము :- నీటిని-బొగ్గుల నిప్పుమీద, మట్టి పాత్రలో వేడిచేసి త్రాగుట మంచిది. వేడి నీరు కంఠమునకు హితమైనది. ఆహారమును-అఱగింపజేసి, మూత్రమును శుభ్రపఱచి జాఱీ జేయును. ఎక్కిళ్ళు, వాతము, దగ్గు, జ్వరముగ నున్నపుడూ; అజీర్తి గలిగిన సమయమున; జబ్బువలన-వమనము (కక్కులు) వచ్చుచున్నపుడు- వేడినీటిని త్రాగుట వలన....శరీరమునకు మేలు గలుగును.

కొబ్బరికాయ (బొండము) నీరు-గుణములు :-

1) కొబ్బరికాయ నీటిని-అధికముగ విరేచనములైనవారికి తడవ తడవకు రెండు లేక మూడు ఔన్సుల చొప్పునఇచ్చుచున్న....వేడితగ్గి విరేచనములు కట్టుకొనును. కామెర్ల (జాండిస్) వ్యాధి గలవారికి గ్లూకోజ్ నీరే గాక... బొండానీరును త్రాగించుట మిక్కిలి మంచిది.

2) కొబ్బరిబొండ మందలి నీరుద్రాగిన....శుక్లము (ఇంద్రియము) వృద్ధియగును. చల్లదనమును గలిగించి, మూత్రమును శుభ్రపఱచును. దాహమును, వాతమును, పైత్యమును నివారించును.

3) క్షయరోగులకు-కొబ్బరి-నీరు అమృతముతో సమానమైనది. ఎండా కాలమునందు కొబ్బరినీరు త్రాగుట వలన దప్పిక నణచి, శరిరమునకు మేలు జేయును.

వైద్యుల సంప్రదించవలసిన ముఖ్యవ్యాధులు-లక్షణములు: ఆయుర్వేద చికిత్సలు

ప్రతి మనుష్యునకు వర్షాకాలమున నెమ్ము, దగ్గు, శ్లేష్మము(కఫ్ము)లకు సంబంధించిన వ్యాధులు ఎక్కువగలుగును. గ్రీష్మకాలమున ఎండలు అధికముగ నుండు సమయమున-రక్త విరేచనములు, అతిదాహము, వడదెబ్బ వంటి వ్యాధులు వచ్చును. ఇవి కాలము ననుసరించివచ్చు వ్యాధులు! వైద్యుడు, హాస్పిటల్ లేని చిన్నగ్రామములిప్పటికిని అచ్చటచ్చట గలవు. ఈ ప్రమాదములు. సంభవించినపుడు-'ప్రథమ చికిత్స (**First Aid**)' అవసరము. ఈక్రింద నీయఁబడిన చికిత్సలు చేసికొన్నచో....ప్రమాదములు

తప్పును. ఎక్కువ శరీరహాని లేని వ్యాధులను వైద్యసహాయము లేకయే.... ఈ చిన్న గ్రంథము చదివి, నయము చేసి కొనవచ్చును.

1) అతిసారము (నీళ్ళ విరేచనములు):- ఈ వ్యాధి

ప్రమాదకరమైనది. విరేచనములు అధికముగ అగుటవలన కడుపు ఖాళీ ఐ పోయి....కనులు బైర్లుగ్రమ్మి, రోగి అపస్మారక స్థితి (మైకము)లోనికి తరువాత మరణించుటకూడ జరుగవచ్చును. వ్యాధి లక్షణములు కని పించిన వెంటనే జాగ్రత్త పడవలెను.

ఈ వ్యాధి లక్షణము :- ఆకలి మందగించుటచే తిన్న

ఆహార పదార్థములు జీర్ణముగాక .... ఈ వ్యాధి సంభవించును. కొన్ని సమయములలో కలుషితమైన (పాచిన-క్రుళ్ళిన) పండ్లు, ఆహారము తిన్న పుడు గూడ ఈ వ్యాధి వచ్చుటకు వీలుండును. దుర్గంధ భరితమైన వాసనతోనూ, సన్నని నులిపురుగులతోనూ విరేచనములగుట వ్యాధి లక్షణము!

చికిత్స :- కరక్కాయ, చింతగింజబెరడు, పిప్పళ్ళు, ఉమ్మెత్త

గింజలు- వీటిని సమానభాగములు గ్రహించి; చూర్ణము చేయవలెను. (ఆవు వెన్న దొరకనిచో మేక వెన్న వాడవచ్చును). దానిలో పై చూర్ణమును కలిపి, బాగుగా మర్దించి, చిన్నకుంకుడు గింజలంత మాత్రలు చేసి, పూటకొక మాత్ర చొప్పున మూడు పూటలా వాడుచున్న .... ఎటు వంటి అతిసార వ్యాధియైననూ తగ్గిపోవును. చిన్నపిల్లలకు వయసు ననుస రించి, బటానిగింజ మొదలు, చిన్న కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు వాడ వచ్చును.

వ్యాధికి తీసికోవలసిన ఆహారము-జాగ్రత్తలు:-

A) పరిశుభ్రమైన ఆహారమును దినుట, ఆహారములు దీసి కొను నపుడు గోళ్ళలో, చేతులయందు మలినము (మురికి) లేకుండ చూచు కొనుట ముఖ్యము!

B) నీరు, కొబ్బరినీరు, గ్లూకోజ్ వాటర్, మజ్జిగన్నము ఎక్కువగ వాడుచున్నచో....రోగి తొందరగ వ్యాధినుండి కోలుకొనును.

2) బంక విరేచనములు:-

ఇవి రెండు రకములు :- 1] తెల్ల బంకతో కూడుకొన్నవి, 2] ఎఱ్ఱ బంకతో కూడుకొన్నవి. ఇవి రెండు మూడు రోజులలో తగ్గని ఎడల వెంటనే వైద్య సహాయము పొందవలెను. లేనిచో ప్రమాదము సంభవించును.

బంక విరేచనములకు ఆయుర్వేద చికిత్సలు :-

A) నిమ్మ పండ్ల రసములో మంచి కుంకుమ గలిపి బటానీగింజ అంత మాత్రలు చేసి, మూడు పూటలా పూటకొక మాత్ర చొప్పున తినుచున్న.... బంక విరేచనములు కట్టుకొనును.

B) లేత నేరేడు ఆకుల రసమును మేక పాలతో కలిపి పూటకు అరఔన్సు చొప్పున మూడుపూటలా సేవించుచున్న....బంక విరేచనములు **అతి తొందరగ శమించును.**

C) పెద్ద ఉల్లిపాయ యొక్క వెనుక భాగమును కోసి, కంది గింజంత నల్లమందును ఆ ముచ్చికలలో పెట్టి ఉడికించి రోజుకు రెండు పూటలా సేవించినచో....విరేచనములు శీఘ్రముగా తగ్గిపోవును.

బంక విరేచనములకు రహస్య యోగములు :-

మంచినీరు, సున్నములను-బటానీ గింజంత తీసికొని; మాత్రచేసి, ఈ మాత్రకు పైన పసుపు రాచి, మూడు పూటలా తీసికొన్న .... ఎటువంటి బంక విరేచములైననూ గన్‌షాట్ వలె తగ్గును.

i) బంక విరేచనములగుచున్న వారు మజ్జిగ అన్నమును తినుచూ పేరిన నేతిని-చప్పిడి అన్నముతో భుజించుచున్న....విరేచనములు తగ్గిపోవును.

ii) సున్నపు తేటను-పూటకు 'అరఔన్సు చొప్పున' మూడు పూటలా పుచ్చుకొనుచున్న....గుణము కనిపించును.

iii) గసగసాలను-నీటితోనూరి; ఇందు కలకండ కలిపి, సేవించినచో .... తప్పక విరేచనములు కట్టును. మోతాదు మించిననూ ప్రమాదము లేదు.

iv) లేత దానిమ్మ కాయ విత్తులను (వగరుతో కూడినవి) తినుచున్న .... ఎటువంటి విరోచనములైననూ తప్పక శాంతించును.

3] రికెట్స్ వ్యాధి :- ఈ వ్యాధి రెండు సంవత్సరములలోపు పిల్లలలో ఎక్కువగా కనిపించును. 'కాల్షియమ్' ఉన్న ఆహార పదార్థములు లోపించుట వలన వచ్చు వ్యాధి ఇది!

ఈ వ్యాధి లక్షణములు :- పొట్ట పెరిగి, ఎముకలు సన్నబడి, శరీరము అస్థి పంజరమువలె తయారగును. ఈ జబ్బు లక్షణములు తెలిసికొని, క్యాల్షియమ్ టాబ్లెట్స్ వాడుతూ....బలము కొఱకు పాలు, తేలికగ జీర్ణమగు పండ్లు, తాజా కూరగాయలలో కూడిన ఆహారము తినిపించుట మంచిది.

4] తిమ్మిరి వాతము :- దీనిని ఇంగ్లీష్‌లో "బెరిబెరి" అనియు, తెలుగులో "నంజువ్యాధి" అనియు పిలుచుచుందురు. నాలుకకు పూత బూయుట, పెదవులకు కుఱుపులు లేచుట ఈ వ్యాధి లక్షణము! శరీరావయములకు- సూదితో పొడిచినట్లు అపుడపుడూ బాధ గలుగుచుండును. విటమిన్-B ఉన్న పదార్థములు, పెన్సిలిన్, సెఫ్ట్రాన్ మొదలగు ఇంగ్లీష్ మందులను వాడుతూ....వేడి తగ్గు ఆహారములను తీసికొనవలెను.

5] న్యూమోనియా (శీత జ్వరము) :- ఊపిరి తిత్తులలో-నెమ్ము ప్రవేశించుట వలన .... అవి వాచి, రోజు మార్చి రోజు జ్వరము వచ్చును. దగ్గినపుడు వచ్చు కళ్ళెలో-కొంచెము రక్తము కనిపించును. వగ్గు, ఆయాసము ఎక్కువగా వచ్చు చుండును.

న్యూమోనియా-ఆయుర్వేద చికిత్సలు :-

A) కస్తూరి మాత్రలను-తముల పాకు రసములో గానీ లేక తులసి ఆకు రసములో గానీ చాది (అఱుగదీసి), తీసికొనవలెను. తడవకు మూడు మాత్రల చొప్పున వాడుచుండవలెను.

B) శొంఠిని-అఱుగ దీసి, నొప్పిగల భాగములో పట్టు వేయు చుండవచ్చును.

C) నీటిని- పాత్రలో మరగించి, ఇందు గుడ్డముంచి, తగు మాత్రము వేడితో కాపడము పెట్టుచున్న....కొద్ది సేపటిలో పైన నొప్పి తగ్గును.

D) నొప్పిగల ప్రదేశములో- అమృతాంజనము, జండుబామ్, జామాయిల్ (యూకలిప్టస్ ఆయిల్) వీటిలో ఏదో ఒక దానిని- రుద్ది, పావుగంట తదుపరి వేడి నీటి గుడ్డతో కాపడము బెట్టవచ్చును.

6] కలరా :- ఇది కలుషితమైన నీరు త్రాగుట వలన ఒకరి నుండి మరి యొకరికి సంక్రమించును. రోగి వాడిన పాత్రలను-శుభ్రము చేయకుండా....ఆ పాత్రలలోని ఆహార పదార్థములును- తీసి కొనుట వలన ఈ వ్యాధి ఇతరులకు సోకుచుండును. ఈ వ్యాధి సోకిన వారికి- శరీరము నీరసముగా నుండును. దేహమంతా చెమటలు పట్టును. ఎక్కువగా మూత్రము జాఱీయగుట ఈ వ్యాధి లక్షణము! వాంతులుగూడ గలుగు చుండును.

కలరా-ఆయుర్వేద చికిత్సలు :

A) ముద్ద కర్పూరమును- చిన్న మాత్రలు జేసి, అపుడపుడూ రోజుకు రెండు పర్యాయములు వాడవచ్చును.

B) కలరాలో వాంతు లెక్కువగా ఔతుంటే....మంచి జీలకఱ్ఱను దోరగా వేపించి, చూర్ణముజేసి, తేనెతో నాకించిన వాంతులు కట్టును. దప్పిక గలిగినపుడు వేడి నీటిని త్రాగించు చుండ వలెను. ఆ నీటిలో కొంచెము టేబుల్ సాల్ట్, పంచదారలను కలిపి; త్రాగించవచ్చును.

C) శరీరమునకు చెమటలు పడుతుంటే....గ్లూకోజ్ నీటిలో-మత్తు పానీయము (బ్రాంది)ను కొంచెముగలిపి, వాడుతూ....మెడికల్ షాప్‌లలో దొరకు 'సల్ఫాగెనిడిక్ టాబ్లెట్'ను గంట కొకటి చొప్పున వాడితే....ఈ వ్యాధి త్వరగా తగ్గును.

అతిసార వ్యాధి-అందలి రకములు

అతిసారము :- ఆకలి మందగించుట వలన- తిన్న ఆహార పదార్థములు జీర్ణకోశమున జేరి సరిగా అఱుగక పోవుటచే ఈ అతిసార వ్యాధి జనించును. దీనిని సంస్కృతమున "గ్రహణి" వ్యాధియని అందురు. దుర్గంధముతో గూడి, నులి పురుగులతో ఎక్కువ సారులు విరేచన మైనపుడు-రోగిని వైద్యుని వద్దకు తీసికొని వెళ్ళవలెను. ఈ అతిసార వ్యాధి మూడు రకములు! అవి :-

1] వాతాతి సారము : ఈ వ్యాధి వాతము ఎక్కువై తిన్న ఆహార పదార్థములు జీర్ణము కానపుడు కలుగును. విరేచనమగు సమయ మున ఎక్కువ అపాన వాయువులు వెడలుచూ....నీటితో గూడిన విరేచన మగుట ఈ వ్యాధి ముఖ్యలక్షణము!

2] పైత్యాతి సారము :- దుర్గంధమగు వాసనతో గూడిన; బంక, నురుగు, ఎఱుపురంగులతో- విరేచనమగుచున్న దీనిని పైత్యాతి సార మందురు.

3] శ్లేష్మాతి సారము :- దగ్గు, నెమ్ము వేడి ఇవి శరీర ములో అధికముగనున్నపుడు ఈ వ్యాధి గలుగును. మలము-తెల్లగను, గట్టిగను, నురుగుతోను, బంకతోనూ గూడి ఎక్కువగ విరోచనములగు చుండుట ఈ వ్యాధి లక్షణము!

రక్తాతి సారముకు చికిత్స : దానిమ్మచెక్క బెరడు, కోడిసె చెక్క వీనిని సమాన భాగములుగా గ్రహించి; కషాయముగాచి, ఇందు తేనె కలుపుకొని త్రాగిన....రక్తముతో గూడిన అతిసార వ్యాధి (నీటి విరేచములు) తగ్గును.

జ్వరాతి సారమునకు చికిత్స :- తిప్పతీగ, అతివస, కోడిసె విత్తులు, తుంగముస్తెలు, నేలవేము, శొంఠి వీనిని సమాన భాగ ములుగా గ్రహించి; కషాయము పెట్టుకొని, పూటకు అర ఔన్సు చొప్పున

రోజుకి రెండు పూటలా మూడు రోజులపాటు పుచ్చు కొన్న .... జ్వరము తగిలినపుడు వచ్చిన అతిసార వ్యాధి తగ్గును.

జీర్ణాతిసార వ్యాధికి చికిత్స :- జాజికాయ, శొంఠి, బెల్లము ఖర్జూరపు పండు వీటిని రకమునకు అర తులము చొప్పున తీసికొని; కల్వములో మర్దించి; -పావలా ఎత్తు మిశ్రితమునుచిక్కని బియ్యపు కడుగులో గలిపి, రెండు పూటలు పుచ్చుకొనిన....15 రోజుల నుండి వరుసన తగ్గకుండ బొతున్న జీర్ణాతి సారము శమించును.

సర్వవిధములగు అతిసార వ్యాధులు హరించుటకు అమోఘమైన చిట్కా :

కోడిసెవిత్తులు, తుంగముస్తెలు, ఆరెపువ్వులు, మారేడుపిందెలు, లొద్దుగ చెక్క, శొంఠి, బూరుగుబంక-వీనిని సమభాగములుగ చూర్ణము చేసి; బెల్లములో చేర్చి, మజ్జిగతో పుచ్చుకొనుచున్న....అతిసారవ్యాధు లన్నియు హరించును.

ఆయుర్వేద రహస్య చిట్కాలు

కొన్ని వ్యాధులకు-ఎన్ని ఇంగ్లీష్ మందులు వాడుచున్ననూ-త్వరగా తగ్గవు. వీటిని వైద్యులు "మొండి వ్యాధుల"ని పిలుస్తారు. ఈ వ్యాధులకు అంగ్ల ఔషధముల కన్న....పచారు షాప్‌లలో దొరకు మూలికలతో వైద్యమే త్వరగా గుణమును గలిగించును.

వశీకరణమునకు పెట్టిన మందులకు విరుగుడు :- పగవారు వారి కక్ష తీర్చుకొనుటకై ఆహార పదార్థములలో మందు కలపి తినిపించెదరు. ఈ విషయము గ్రహించలేక రోగి బాధ పడుచుండును. అటువంటి సమయమున రోగి తిన్నమందును కక్కించిన వెంటనే గుణము కనిపించును.

చికిత్స:- గాడిద గడపాకు (చేలలో దొరకును, ఇది మిక్కిలి చేదుగనుండును)—ఒక భాగము జీలకఱ్ఱ రెండు భాగములు-వీటిని మెత్తగ నూరి; రేగు గింజలంత మాత్రలు జేసి, ఉదయము ఒక మాత్ర, సాయంత్రం

త్రము ఒక మాత్ర చొప్పున- మూడు రోజులు తించే .... వాంతి ద్వారా మందు బడిపోవును. ఇందు ఏలకి గింజలు గూడా వేసి నూరితే .... మంచి గుణము గలుగును. వాడిన మూడు రోజులూ పెరుగన్నము మాత్రమే తినాలి.

2] శోభి మచ్చలకు :-

A) తులసి ఆకు రసము, నిమ్మకాయ రసము- వీటిని సమభాగలుగా కలిపి; రాస్తుంటే....కొద్ది రోజులలో మచ్చలు మాయమై- శరీరపు రంగులో కలిసి పోవును.

B) ఉసిరి కాయల రసముతీసి, స్టీల్ గరిటెలో మైనమువలె కాచి మచ్చలు గల ప్రదేశమున పూస్తుంటే....ఎటువంటి మచ్చలైనా కొద్ది రోజులలో మటు మాయమౌతాయి.

3] వ్రేళ్ళ మధ్య పాచితే (స్త్రీలకు) :-

సాధారణముగా గృహిణులకు-వానాకాలములో వ్రేళ్ళ మధ్య పాచి, ఎన్ని మందులు వాడినా త్వరగా మానదు. ఇట్టివారికి క్రింది మందు వాడితే మానుతుంది.

చికిత్స :- అమృశిల (మణిశిల), గంధకము, హారతి కర్పూరము, పటిక, పటిక బెల్లము (కలకండ), వెలిగారము- వీటిని సమభాగములుగా తీసికొని; కొంచెము నీరు పోసి నూరి, ఒక సీసాలో వుంచి- అపుడపుడూ పాచిన పుండుపైన రాస్తుంటే...పుండు త్వరగామానుతుంది. మణిశిల కలసి నందు వలన ఈ ఆయింట్ మెంట్ అందముగా కనిపిస్తుంది.

4] వృషణముల వాపుకు :-

A) మగవారికి బాగా వేడి చేసినపుడు-బీజాలు వాచి, బాగా తీపు పుడుతుంటాయి. ఆ సమయములో మంచి నాణ్యమైన పొగాకును-నీటితో తడిపి, బీజము చుట్టూ రాత్రిపూట చుట్టాలి. ఈ విధముగా 4 రోజులు చేస్తే....గుణము కనబడుతుంది. పొగాకు నాణ్యతను బట్టి .... గుణము వుంటుంది.

B) గచ్చచెట్టు ఆకుగానీ, మునగాకుగానీ-నేతితో వేపించి, బీజము చుట్టూ వేసి, గుడ్డతో నాలుగైదు కట్లు కడితే....వెంజనే బీజము వాపు తగ్గును. ఈ చికిత్స చేసినన్ని రోజులు-పెసరపప్పు, మజ్జిగ, గ్లూకోజ్ వంటి చలువజేసే పదార్థాలను వాడుతుండాలి.

5] జాండీస్ (కామెర్ల వ్యాధి) :-

ఇది కాలేయమునకు సంబంధించిన వ్యాధి! ఈ వ్యాధి కలవారికి కండ్లు పచ్చగనుండి, శరీరమును-పాలిపోవును. దీనికి మందులు వాడుచూ....ఉప్పు, కారములు తగలకుండా జాగ్రత్త పడవలెను. మజ్జిగ పెరుగులను వాడుచూ .... బోండా నీరు, గ్లూకోజ్ వాటర్ త్రాగు చుండవలెను.

ఉబ్బుకామెర్లు :- కనులు ఉబ్బినట్లుండి; శరీరమునకు, ముఖమునకు నీరుబట్టి; ఉబ్బుగా కనిపించుచుండును.

A) చికిత్స :- మిరియాలు, జీలకఱ్ఱ, తెల్లగలిజేరాకు ఈ మూడింటిని సమముగా కలిపి; నూరి, మాత్రలు గట్టి, భోజనానంతరము మూడు రోజులు వాడవలెను. మాత్ర ప్రమాణము-పెద్ద బటానీ గింజంత! మూడు రోజులు వాడిన తదుపరి గుణము కనిపించనిచో మరల రెండు రోజులు వాడిన- తప్పక ఉబ్బు కామెర్ల వ్యాధి నయమగును.

B) చికిత్స :- కామెర్లకు తుమ్మి పూలరసమును-నేత్రముల యందు రెండు మూడు చుక్కలు రాత్రి పండు కొన బోవునపుడు పిండవలెను. (ఈ పూలు చిన్నవిగా, తెల్లగా ఉండును. శివ పూజకు ఉపయోగిస్తారు).

C) చికిత్స :- శొంఠి చూర్ణమును-ఆవుపాలతో ఉడికించి, మాత్రలు గట్టి, పూటకొక మాత్ర చొప్పున మూడు రోజులపాటు భోజనానంతరము మూడు పూటలా వాడుతూ....చలువ జేసే పదార్థములు వాడవచ్చును. మాత్ర పరిమాణము బటానీ గింజంత!

D) అన్ని రకముల కామెర్లు తగ్గుటకు :-

గోరోజనము, ఇంగువ వీటిని సమభాగాములుగా తీసికొని; తుమ్మి పూల రసముతో మర్దించి, మాత్రలు గట్టి, మూడు రోజులు వాడిన .... ఎటువంటి కామెర్ల వ్యాధి ఐననూ నిస్సంకోచముగా తగ్గును.

6] కాళ్ళ పగుళ్ళకు :- కాళ్ళ పగుళ్ళు-కొంత మందికి అధిక ముగ నుండి మిక్కిలి బాధ, తీపు గలిగించుచుండును. ఆ పగుళ్ళు మానుటకు ఈ క్రీమ్ మిక్కిలి ఉపయోగ పడును. తేనె మైనము ఒక భాగము, గేదె వెన్న ఒక భాగము- ఈ రెంటినీ మర్దించి; అపుడపుడూ పూయుచున్న .... పగుళ్ళు మాని బాధ తగ్గిపోవును.

7] రేజీకటికి:- నీరుల్లి పాయ రసము దీసి రాత్రులందు కనులకు బెట్టుకొనుచున్న....రేజీకటి తగ్గి, కనులు పుచ్చ పూవులవలె గనిపించును. ఈ విధముగా నెల రోజులు చేయవలెను.

8] కొండనాలుక సాగుట :- గొంతు రంధ్రములో-అన్న వాహికకు పై భాగమున గల చిన్న కండర నిర్మాణమును "కొండ నాలుక" అందురు. ఇది సాగినచో....విపరీతమైన దగ్గు వచ్చుచుండును. కొందఱు శిరస్సు నడిమి భాగమున గల వెంట్రుకలను వ్రేలికి చుట్టి లాగించు కొనుచుందురు.

చికిత్స :- శొంఠి, పిప్పళ్ళు, మిరియములు, యవక్షారము (పచారి షాప్‌లో దొరకును), చిత్రమూలము, కరక్కాయలు- వీటిని సమ భాగములుగా దీసికొని; చూర్ణము జేసి, ఒక సీసాలో భద్ర పఱచు కోవలెను. మంచి వెలిగారమును-మెత్తగా నూఱి, కొండ నాలుకకు బూసి, పైన జెప్పిన చూర్ణమును అద్దవలెను. అట్లు నాలుక సాగుట తగ్గి, బాధ తొలగిపోవును.

9] పేను కొఱుకు వ్యాధికి :- పేను కొఱకు వ్యాధి ఉన్న ప్రాంతమందు శిరస్సులో- వెంట్రుకలు ఊడిపోయి, మిక్కిలి అసహ్యముగ నుండును. త్వరగా ఈ వ్యాధి తగ్గక....జిల బాధ గలిగి, పొట్టులేచి పోవుచుండును.

చికిత్స :- వాకుడు పండ్ల రసములో- తేనె గలిపి, లేపనము జేయుచుండిన.... పేను కొఱకు వ్యాధి తగ్గిపోయి, చిక్కగా వెంట్రుకలు మొలచును. ఈ విధముగా మండలము (40) రోజులు జేసిన .... వ్యాధి పూర్తిగా తగ్గును.

10] అజీర్ణ జ్వరములకు :- తిన్న ఆహారము సరిగా జీర్ణము కానందు వలన పులిత్రేపులు వచ్చుచుండును. ఇంకనూ అజీర్తి వలన కొందఱకు జ్వరము వచ్చుటయు గలదు. ఇట్టి వారికి బెల్లములో పిప్పలి చూర్ణము గలిపి; మాత్రలు గట్టి, రోజుకు మూడు సారులు చొప్పున నాలుగు రోజులు వాడవలెను. చిన్న రేగుగింజలంత మాత్రలు వాడవలెను. ఇట్లు జేసిన....అజీర్ణము, జీర్ణ జ్వరములు, ఉబ్బసము మొదలగు వ్యాధులన్నియు హరించును.

11] జిహ్వా దోషహర యోగము :-

జ్వరము తగిలి, తగ్గినవారికి కొన్ని రోజుల వఱకు ఏ పదార్థములు తినుచున్ననూ-అరుచిగా నుండి తినబుద్ధిగాదు. కొంత మందికి తిన్న వెంటనే వాంతులగు చుండును. ఇట్టి వారికి క్రింది చిట్కాలు మిక్కిలి ఉపయోగకరముగా నుండును.

A) మంచి జీలకఱ్ఱను-వేపించి, మెత్తగా చూర్ణము చేసి, తేనెలో గలిపి 2-3 సారులు నాకించిన....వాంతులు తగ్గి, రుచి గలుగును.

B) చింతపండుగానీ, ఆల్‌బకరా పండుగానీ నోటియందుంచుకొని ఆ ద్రవమును మింగుచుండవలెను. ఇది 'స్టెర్పిస్సిల్' టాబ్లెట్స్‌తో సమముగా పనిచేయును.

C) **భావన జీలకఱ్ఱ** :- మంచి జీలకఱ్ఱ 100 గ్రాములు దీసికొని; రాళ్ళు, ఇసుక లేకుండ చూచుకొని, జీలకఱ్ఱ మునుగునంత నిమ్మరసము పోసి, మూడు రోజులు నానబెట్టి, తదుపరి ఎండబోయవలెను. ఎండిన జీలకఱ్ఱను మరల పాత్రలో మిగిలి ఉన్న నిమ్మరసములో బోసి, తగు మాత్రము టేబుల్‌సాల్ట్ (మంచి తెల్లని ఉప్పు) గలిపి ఎండించవలెను.

ఇట్లు ఆ నిమ్మరసమంతయూ జీలకఱ్ఱకు పట్టించి, నెమ్మలేకుండ ఎండిన తదుపరి సీసాలో భద్రపఱచుకొని, నోరు అరుచిగ నున్నపుడు చిటికెడు నోటిలో వేసికొను చుండవలెను. ఇది మంచి రుచిని గలిగించును.

గమనిక :- పై మందులో- మామిడి అల్లమును- చిన్న ముక్కలుగా దఱిగి, వేసినచో- మంచి గుణము గలిగించును.

D) మిరియాలు, సైంధవలవణము, నెయ్యి, మాదీఫలకేసరములు- వీటిని సమాన భాగములుగా గ్రహించి; తేనెతో మర్దించి, అపుడపుడూ సేవించుచున్న.... కఫము (కళ్లె) వలన, వాతము వలన గలిగిన అరుచి తగ్గిపోయి; జిహ్వకు రుచిగలుగును.

12] గర్భము నిలుచుటకు :- కొంతమంది స్త్రీలు సంతతి కలుగక ఎన్నియో మందులు వాడుచుందురు. ఆపరేషన్ చేయించు కొన్ననూ.... ప్రయోజనము ఉండక బాధపడుచుందురు. ఆ స్త్రీలకు బహిష్టు సకాలములో రాదు. 7-8 రోజులు గూడ ఎగుడు-దిగుడుగ వచ్చు చుండును. ముందుగా దోషము దొలగిన గాని సంతానము కలుగదు. దానిని సరిజేసికొనుటకు 'అరుణ (జండు కంపెనీ వారి ఔషధము)'రెండు మూడు బాటిల్స్ వాడవలెను. అది వాడిన తదుపరి ఈ క్రింది మందులను వాడిన తప్పక గర్భము నిలిచి, సంతతి గలుగును.

A) తక్కాలి ఆకురసమును- ముట్టయిన సమయములోని మూడు రోజులూ రోజుకు అరఔన్స్ చొప్పున త్రాగిన గర్భము నిలచును.

B) స్త్రీ తన జడ లేక కొప్పునందు గుంటగలకరాకును- పూలకు బదులుగా ధరించి, సంభోగ క్రీడలో పాల్గొనిన.... గర్భము గలుగును. ఇట్లు ప్రతి నిత్యము 3 నెలలకు తగ్గకుండ ధరించవలెను (ఇది రహస్య యోగము). ఆ మూలికను- తాను ధరించినట్లు ఎవరికి జెప్పిననూ.... పని చేయదు.

C) ఋతుస్నానము (బహిష్టయిన తదుపరి చేయుస్నానము) ఐన తదుపరి.... సంపెంగ చెక్క రసమును త్రాగిన.... గర్భము గలుగును.

D) వరగోగుపువ్వు, కురంజివాము, సరస్వతీ ఆకు జాపత్రి, జాజికాయ- వీటిని సమభాగములు తీసికొని; ఎండబెట్టి, మెత్తగా నూరి వస్త్ర గాలితము (సన్నని గుడ్డతో జల్లించి) పట్టి, ఈ చూర్ణమును ప్రతి నిత్యము భోజనానంతరము పావుతులము (పావలా ఎత్తు) చొప్పున రోజుకు రెండు పూటలా పుచ్చుకొనుచూ.... సంభోగము జరుపుకొనుచుండవలెను. ఈ చూర్ణమును నెలరోజులు వాడవలెను.

13] సాధారణ గజ్జికి :- గజ్జి ఒక రకమైన క్రిముల వలన వ్యాప్తిజెందును. కురుపులవలె లేచి ఒక్కొక్క పర్యాయము త్వరగా తగ్గక బాధ, నొప్పి కలుగుచుండును. ఇది అంటువ్యాధి! ఒకరి నుండి వేరొకరికి వ్యాప్తి జెందుచుండును. కనుక.... ఈ వ్యాధి గలవారి బట్టలను కుటుంబ సభ్యులు తాకకూడదు. వేరుగ నుంచి ఉతికించి శుభ్రము చేయించుట మంచిది.

A) చికిత్స :- పంచితములో (మూత్రములో)- మణిసిలను- అరుగదీసి, ఆ గంధమును- పూయుచున్న.... గజ్జి కురుపులు త్వరగా మానును.

B) చికిత్స :- కోడిసె గింజలు, చెంగల్వకోష్టు, పసుపు, ఆవాలు, కరిధూపము (అన్నము వండునపుడు గోడలకు పట్టిన మసి)- ఈ వస్తువులను సమభాగములుగా మెత్తగా చూర్ణముజేసి; చిక్కని మజ్జిగలో గలిపి, పేస్టువలె జేసి, పూతమందువలె పూయవలెను. దీనివలన గజ్జి కురుపులు త్వరగా మానును. ఈ మందును వారము రోజులు వాడిన.... తప్పక గుణము కన్పించును.

14] మొలగజ్జికి చికిత్స :- మంచి శ్రేష్టమైన పొగాకుమీద నీరు జల్లి- బాగుగా మెత్తబడిన తదుపరి దానిని గజ్జిగల భాగములో అంటించి, దానిపై విస్తరాకును చుట్టి, గుడ్డతో కట్టుచుండవలెను. ఇట్లు 4-5 రోజులు చేసిన.... మొలచుట్టూ గల గజ్జి మానును.

15] మొండి గజ్జికురుపులకు చికిత్స :- ఎన్నిరోజులకూ మానని గజ్జికురుపులకు- ముందుగా చీమును తొలగించవలెను. గజ్జి కురుపుల మీద జిల్లేడుపాలను పట్టించి, 5 నిమిషములుంచి, శుభ్రముగ వేడి నీటితో కడుగవలెను. తదుపరి ఎండించిన ముళ్ళతోటకూరను- కాల్చి, బూడిద జేయవలెను. బూడిదకు- సమభాగములో గోడలకు పట్టిన పొగమసి (కరిధూపము)ని గలిపి; ఇందు మరగించిన కొబ్బరినూనెను వేసి, చిక్కని పేస్ట్‌వలె జేసి, దీనిని రెండు-మూడు రోజులపాటు గజ్జికురుపులకు పట్టించుచున్న.... ఎట్టిపుండ్లుబడి మానిపోవును. ఎటువంటి మొంటి గజ్జి కురుపులైననూ తప్పక మానును.

16] కమ్మని కంఠస్వరమునకు :- సైంధవలవణము, కోడిసెపాలు, మిరియాలు- ఈ మూడు వస్తువులను సమానముగ చూర్ణించి, చూర్ణమును 4 బటానీ గింజలంత తీసికొని, వేడినీటితో గలిపి, రాత్రు లందు నిద్రించుటకు ముందు త్రాగుతున్న.... గంధర్వగానము చేయువారి గాత్రమువోలె మంచి కంఠనాదముతో సంగీతముపాడు శక్తి గలుగును. ఈ ఔషధమును వరుసగా వారమురోజులపాటు ప్రతినిత్యమూ వాడవలెను.

17] వాతమువలన మూత్రబంధము జరిగిన :-

A) కొందరికి వాతము వలన మూత్రము బంధించబడి, మిక్కిలి బాధగలుగుచుండును. అప్పుడు ఆముదమును వెచ్చజేసి, దానిని గడ్డకు బూసి, రెండు రోజులపాటు బొడ్డుచుట్టూ పట్టీవేసిన.... మూత్రము జారీ యగును.

B) వేడిజేసి, మూత్రము బంధించబడిన సమయములో- నువ్వు లను మెత్తగా నూరి, నూనెలో గలిపి, పట్టీ వేసినచో ... పావుగంటలో మూత్రము వెలువడును.

18] వేడివలన మూత్రములో చురుకు, బాధ ఉన్న :-

కొందరికి వేడివలన పొత్తికడుపు నరములు బంధించబడి మూత్ర విసర్జన సమయములో- చురుకు తీపుగలుగుచుండును.

చికిత్స- A :- సూరేకారము (దీపావళి మందులలో ఉపయోగిస్తారు)ను- మంచి నీరు సున్నము'లో గలిపి, బొడ్డుచుట్టూ పట్టించి; అదే మందును- కాలిగోళ్ళ చుట్టూ పూయవలెను. అట్లు చేసిన.... 15 నిమిషములలో మూత్రము జారీయగును (అనుభవయోగము).

చికిత్స-B :- సోడాఉప్పు- 3 భాగములు, సూరేకారము- 1 భాగము- వీటిని మెత్తగా నూరి; ఈ మిశ్రితమును- చన్నీటితో మ్రింగించిన.... వెంటనే మూత్రము వెడలును (ఇది అద్భుతయోగము).

గమనిక :- రోజుకి రెండుపూటలు (ఉదయము, సాయంత్రము) చొప్పున రెండు రోజులకన్న ఎక్కువ రోజులు వాడరాదు. ప్రతిరోజూ వాడుచున్న హానిజేయును

19] పురుషాంగము నుండి రక్తము పడుతున్న :-

చికిత్స :- భూచక్రగడ్డ, పిల్లితేగలు- ఈ రెండు వస్తువులను సమానముగ దెచ్చి; పంచదార గలిపి, రోజుకి మూడుపూటలా వారము రోజులపాటు సేవించిన.... రక్తము పడుట తగ్గును. చలువజేయుటకు- పెసరపప్పు. పెరుగు-మజ్జిగ, బొండానీరు వంటి పదార్థములను వాడుచున్న.... త్వరగా నయమగును.

20] బహిష్టు కాలములో అధిక రక్తస్రావమౌతున్న :

బూరుగుచెట్టు ఆకులు, బూరుగు బంక- వీటిని సమభాగములుగా నూరి బటానీ గింజలంత మాత్రలు జేసి, 4 రోజులపాటు ఉదయ-సాయంత్రము లందు వాడినచో.... అధిక రక్తస్రావము తగ్గి, ఎప్పటివలెనే బహిష్టు క్రమబద్ధమగును (అనుభవ యోగము).

21] కాలినపుండ్లు మానుటకు :-

త్రిఫలము (కరక్కాయ, తానికాయ, ఉసిరికాయ) లను- సమానముగ కాల్చి; నువ్వులనూనెలో- నూరి- పేస్ట్‌వలె తయారుజేసి, ఆ మందును- కాలిన పుండుకు పైపూత మందుగా పూయుచున్న.... 'బర్నాల్ ఆయింట్మెంట్' వలె పనిచేయును పుండ్లు త్వరగా మానును

22] నేత్రవ్యాధులకు :- కరక్కాయ, మైలతుత్తము, పిప్పళ్ళు, మిరియాలు, సైంధవలవణము, దిరిశన విత్తులు- వీనిని సమభాగములుగా పశు మూత్రముతో నూరి; రెండు కండ్లలో రెండు నువ్వు గింజలంత చొప్పున రోజుకొక పర్యాయము 'కాటుక' వలె పెట్టుకొనుచున్న.... నేత్ర వ్యాధులు హరించును ఈ మందును క్రమము దప్పక నెల రోజులు వాడిన.... నేత్రములందలి పువ్వులు, శుక్లములు గూడ తగ్గిపోయి; దృష్టి దోషములు తొలగును.

23] ఉబ్బస దగ్గుకు:-

ఇది మిక్కిలి బాధను గలిగించు వ్యాధి! ఉబ్బస రోగికి- శ్వాస సరిగా ఆడక బాధపడుచుండును. శ్వాసనాళము నుండి "కీచు"మని శబ్దము, పిల్లికూతలు వచ్చుట ఈ వ్యాధి లక్షణము! ఈ వ్యాధితో బాధపడు వారికి- క్రింది ఔషధము వాడిన గుణము కనిపించును.

చికిత్స :- ఒక తులము సైంధవలవణము, పావుసేరు కరక్కాయల పొడి వీటిని వావిలాకు పసరుతో- మెత్తగా నూరి; కుంకుడు గింజ అంత మాత్రలు గట్టి- రోజుకి రెండు పూటలా భోజనానంతరము వారము రోజులపాటు వాడుచున్న.... ఈ వ్యాధి తగ్గును. (పథ్యమవసరము లేదు. నెమ్ము వస్తువులు గోంగూర మొదలగునవి తినరాదు).

24] కఫ దగ్గులకు :-

దుంపరాష్ట్రము, కాకరచెట్టు వేరు- మంచి మునగచెట్టు బెరడు (పచ్చిది), శొంఠి, అడ్డసరపు వేరు- వీటిని సమభాగములుగా కలిపి; కషాయము బెట్టి, కషాయము వేడి పూర్తిగా తగ్గిన తదుపరి- ఇందు అరతులము పిప్పళ్ళ చూర్ణమును గలిపి; ఉదయము, సాయంత్రము మూడు దినములు వాడినచో.... కఫము, దగ్గు, నెమ్ము, హరించుటే గాక.... శ్వాసకోశ సంబంధములగు జబ్బులన్నియు త్వరలో నయమగును (నెమ్ము వస్తువులు గాక... మిగిలిన పదార్థము లన్నియు భుజించవచ్చును).

మరికొన్ని తాత్కాలిక నలతలకు చిట్కాలు

1] వేడివలన కండ్ల మంట, సన్నాటి తలనొప్పి తగ్గుటకు :-

కొన్ని సమయములందు తల వేడిగా నుండి, కళ్ళవెంబడి నీరు గాఱును. ఇంకొన్ని సారులు- కండ్లు మంటలు బుడుతూ నీరు గాఱుట జరుగుతుంది.

A) చికిత్స :- సన్నని పలుచని తుండుగుడ్డను- చన్నీటిలో తడిపి, దానిని తలచుట్టూ చుట్టి, 15 నిమిషములుంచితే.... తలలోని వేడి తొలగిపోయి, కండ్లమంటలు తగ్గిపోవును. దొరికితే ఐస్ ముక్కలను గుడ్డలో పెట్టి, దానితో- శరీరమును తుడిచిన.... వేడి తగ్గును.

B) చికిత్స :- మంచి తీపిగల పుచ్చకాయను తెచ్చి, నాలుగు ముక్కలుగా కోసి, ఒక ముక్కను- పూర్తిగా తిన్నచో..... వేడి తొలగి పోయి, తలనొప్పి మాయమగును. వేడివలన కలిగిన కండ్లమంట గూడ తగ్గును.

C) చికిత్స :- ప్రతిరోజూ వేడిచేయుచూ- సన్నని తలనాదుతో బాధపడుచున్న వ్యక్తి- ముడిపెసరపప్పును ఉడికించి, బాగా ఎనిపి, ఒక 4-5 రోజులాహారముగా వాడుచున్న.... వేడి తగ్గును. పూర్తిగా తగ్గవలెనన్న.... ఆ పప్పునురాత్రి పడుకోబోయేముందు తలకు పట్టించి, ఉదయము స్నానము చేయాలి. ఈ విధముగా రెండు రాత్రులు చెస్తే .. మంచి గుణము కనిపిస్తుంది.

2] ఉబ్బుకామెర్లకు రహస్య యోగములు :-

A) చికిత్స :- లేత రేగుఆకు గుప్పెడు, ఆకు బరువుకు సగము మిరియాలు- వీటిని మెత్తగా నూరి; రేగుగింజ సైజ్‌లో మాత్రలు తయారు చేసి, రోజుకు రెండు మాత్రల చొప్పున- ఉదయ-సాయంత్రములందు మ్రింగుతూ; ఒక కప్ పెరుగుతో చిలికిన మజ్జిగను త్రాగవలెను ఈ మాత్రలను 3 రోజులు వాడిన ఎటువంటి కామెర్లవ్యాధియైనా తగ్గును. అట్లు తగ్గనిచో.... అదే మందును మరల రెండు రోజులు వాడవలెను.

చికిత్స :- గిద్దెడు ఆవు పెరుగులో- మూడు చుక్కల కాకరాకు రసమును పిండి; మూడు దినములపాటు ఉదయము టిఫెన్ చేసిన తరువాత త్రాగుతున్న.... ఉబ్బుకామెర్లు తప్పక తగ్గును. బఱ్ఱెపెరుగు వాడిన ఆలస్యముగా గుణము కనిపించును (పథ్యము లేదు).

3] **తెగిన గాయములకు** : వెలిగారమును- చూర్ణమునుజేసి, స్టీల్ రేకు మీద పోసి, వేడిచేసిన పొంగును. ఆఱిన తరువాత దానిని మెత్తగా నూఱి ఉంచుకోవాలి. గాయమును- వేడినీటితోగానీ, రాగిచెక్క రసముతో గానీ కడిగి; పై చూర్ణమును- పుండుమీద పలుచగా చల్లి, దూదినంటించి, గుడ్డ కట్టవలెను. 3 లేక 4 కట్లు కట్టిన.... తెగిన గాయములు మానిపోవును.

గమనిక :- చీముగలిగించు పదార్థములను తినరాదు.

4] **స్త్రీల తెల్లబట్టవ్యాధికి** :- కొంతమంది స్త్రీలకు- మర్మావయవము నుండి తెల్లని ద్రవము స్రవించుచుండును. ఈ వ్యాధి గలవారికి- ఈ క్రింది చికిత్స చేసిన తగ్గిపోగలదు.

చికిత్స :- తెల్ల గుగ్గిలము పొడుమును- మంచినీటితో తడిపి, పాత్రలో వేసి, పొంగించి, ఎండబెట్టి, దానికి రెండింతల పొడుమును గలిపి, పూటకు అర్థస్పూన్ (మూడు చిటికెలు) చొప్పున- రోజుకు రెండు సారులు పుచ్చుకొని, మంచినీటిని త్రాగవలెను. ఈ విధముగా నాలుగు లేక 5 రోజులు వాడిన.... ఎటువంటి 'ప్రదరరోగము (తెల్లబట్ట వ్యాధి)' యైననూ శాంతించును.

5] **తలలో కురుపులకు** :- కొంతమంది పసిపిల్లలకు- వేడి వలన తలలో కురుపులు లేచి, చీముపట్టి, బాధపడుతుంటారు.

చికిత్స :- వెంపలి వేరును- చూర్ణముజేసి, సన్నని వస్త్రముతో జల్లించి, ఆ మెత్తని పౌడర్ యందు- వెన్నగలిపి. ఆయింట్‌మెంట్‌వలె జేసి, పూస్తున్న.... తలలో లేచిన కురుపులు త్వరగా మానిపోవును.

గమనిక :- రెండు రోజులీమందు పూచిన తదుపరి- నల్లతుమ్మ చెక్కను నానవేసిన నీటితో కురుపులను కడిగి, శుభ్రపఱచి, మరల మందు పూయవలెను.

6] తామరకు :- ఇది ఒకరకపు అంటువ్యాధి! ఈ వ్యాధి గలవారి గుడ్డలను వాడుట వలన, జిలపుట్టినపుడు గోకిన చేతితో మరొక ప్రదేశమున గోకుట వలన ఈవ్యాధి వ్యాప్తిజెందును.

A) చికిత్స :- మోదుగు మాడల చూర్ణమును- నీటితో నూఱి, ఇందు నిమ్మపండ్ల రసమును గలిపి, పట్టించుచున్న ఎడల.... కొద్ది రోజులకే పొట్టు రాలిపోయి, తామర మానిపోవును.

B) చికిత్స :- అప్పటికప్పుడు కొట్టి, కొబ్బరి తీసిన టెంకాయ చిప్పను- కాల్చి; మసిచేసి, ఆ మసిని కొబ్బరినూనెలో కలిపి, పేస్ట్‌వలె పూస్తున్న.... తామర మానిపోవును.

C) చికిత్స :- తామర ఉన్న ప్రాంతమును- తుమ్మచెక్క ద్రవముతో గానీ, 'పొటాషియమ్ పెర్మాంగనేట్' నీటితో గానీ కడిగి; శుభ్రమైన గుడ్డతో తుడిచి, ఆఱనిచ్చి, వేపగింజల నూనెను పట్టించాలి. ఈ విధముగా నాలుగైదు రోజులు చేసిన.... పొట్టు లేచిపోయి, తామర వ్యాధి తగ్గును.

6] నారి కురుపులకు :- ఈ వ్యాధి నీరు మార్పిడి వలన అనగా.... ఒక ప్రాంతమున నివసించిన జనులు- వేఱొక ప్రాంతమందలి నీరు త్రాగుట వలన కలుగును. దిగుడు బావులెక్కువగల పల్నాడు, గిద్దలూరు ప్రాంతమున నివసించు ప్రజలకీ కురుపు లెక్కువగ లేచుచుండును. కలుషితమైన సూక్ష్మజీవులతో గూడిన నీరు- త్రాగినవారీ కురుపులతో బాధపడు చుందురు. 'వానపాము'వలె నుండు తెల్లని క్రిమి కురుపులనుండి పొడవుగా బయటకు వచ్చుచుండును.

A) చికిత్స :- దుష్టపాకు, వెన్నపూస- వీటిని సమభాగములుగా నూఱి, ఆ ముద్దను కురుపుమీద వేసి కట్టు కట్టవలెను. రెండు రోజుల

తదుపరి మరల కట్టు విప్పి, పై మందునే కట్టవలెను. ఈ విధముగా మూడు కట్లు కట్టినచో.... కుఱుపులలోని 'నారి పురుగు' చచ్చి కుఱుపు మానును.

B) చికిత్స :- ముష్టిచెట్టు లేత చిగుళ్ళను- ఆముదముతో నూఱి; పలుచని వెడల్పైన బిళ్లలవలె చేసి; నారికుఱుపు లేచిన ప్రాంతము మీద వేసి, కట్టు కట్టవలెను. మూడు పర్యాయములీ చిగుళ్ళ నూఱి కట్టినచో- కుఱుపునందలి నారి పడిపోవును. తదుపరి 2 లేక 3 కట్లు కట్టిన కుఱుపు పూర్తిగా మానిపోవును (పథ్యముండ నవసరములేదు).

7] గోరు చుట్టు మానుటకు (రహస్యక్రియ) :

చికిత్స :- ఉమ్మెత్తాకు, వెల్లుల్లి (చిన్న ఉల్లి) రేకులు- వీటిని సమ భాగములుగా నూఱి; ఆ మందును జెట్టమీద వేసి, కట్టుకట్టి, ఒక రాత్రి వుంచి, మఱునాడు కట్టు విప్పి, మందును తొలగించి, క్రొత్త కట్టు కట్టవలెను. ఈ విధముగా రెండు-మూడు కట్లు కట్టినచో....జెట్ట పగిలి, చీము తొలగి, పుండు మానిపోవును.

8] తల నొప్పికి ఆయింట్ మెంట్ :-

A) చికిత్స :- క్రొవ్వొత్తి మైనము నొక గిన్నెలో కరగించి, కరగిన మైనములో- కొంచెము కొబ్బరి నూనెను వేసి; వడపోయవలెను. ఆ ద్రవములో- పచ్చ కర్పూరము, పిప్పరమెంట్, వాముపువ్వు (మెంథాల్) వీటిని కలిపినచో....ఆయింట్ మెంట్ తయారగును. ఈ మందును- కండ్లపైన కణతలకు పూచిన....15 నిమిషములలో కన్నీరు కాఱి, తలనొప్పి నివారించును.

గమనిక :- 10 గ్రామ్‌ల తూకముగల క్రొవ్వొత్తికి- 1 గ్రామ్ పిప్పరమెంట్, 1 గ్రామ్ వాము పువ్వు, 2 గ్రామ్‌ల పచ్చ కర్పూరము కలిపి తయారుచేయవలెను. దీనిని కీళ్ళ నొప్పులకు, బెణుకులకు గూడా వాడవచ్చును.

B) చికిత్స :- మిరియాలను- మెత్తగా నూఱి, నీటితో ఉడికించి నూఱి, నుదురుకు, కణతలకు పట్టు వేస్తే....తల నొప్పి తగ్గును.

C) చికిత్స :- శొంఠిని సాతిపై అఱుగ దీసి, ఆ గంధమును రెండు కణతలకు పట్టు వేసినచో....అది ఆఱిపోయి అరగంటలో నొప్పి పూర్తిగా తగ్గిపోవును.

D) మంచి కాఫీ పొడితో- చిక్కటి డికాషన్‌ను తయారుచేసి, రెండు-మూడు చుక్కలు ముక్కులలో వేసి, 2 నిమిషములు కదలకుండా మంచము మీద పండుకొన్నచో .... తల నొప్పి వెంటనే మటు మాయ మగును.

9] ఊపిరి కుట్టు, డొక్కలో నొప్పులకు :-

చికిత్స :- వావింటాకును నమిలి, నోటితో ఆ యావిరిని రెండు-మూడు సారులు చెవిలో ఊదవలెను. వావింటాకు కాయలు-సన్నగా ఆవాల కాయలవలె నుండును· దీని పూత తెల్లగ నుండి, విత్తనములు నల్లగా నుండును. దీని విత్తనములు వాతహరమని కొందఱు తిరుగమోత (పోపు దినుసు)లో వాడు చుందురు.

10] మూర్ఛలకు, పిచ్చికి :-

A) చికిత్స :- భూనాగము (వానపాము)లను బాగా ఎండబెట్టి చూర్ణముజేసి, తాంబూలములో- రెండు కందిగింజల ప్రమాణము వేసికొని ఆహారము తిన్న తదుపరి సేవించాలి. ఇట్లు రెండు-మూడు రోజులపాటు చేస్తే ... వ్యాధితప్పక నయమగును.

B) చికిత్స :- చెవిలో వావింటాకు రసమును- అప్పుడప్పుడు పిండుతుంటే....కొద్ది రోజులలో మూర్ఛల జబ్బులు నయమగును.

11] పిల్లలు, వృద్ధులు- బలము, పెరుగుదల లేక కృశించు చున్న వారికి దివ్యౌషధము:-

ఐదు సంవత్సరముల లోపు పసి పిల్లలు, 60 సంవత్సరములు పైన బడిన వారు- ఆహార లోపములతో- బలహీనము కలిగి, నీరసించి పోతుంటారు. అట్టి వారు ఈ క్రింద తెలిపిన మందును వాడుచు, తగిన ఆహారమును తినుచున్న .... మంచి బలము గలుగును.

పెట్టి- పాత్రకు, రోగికి కలిపి, నిండా దుప్పటి కప్పాలి. శరీరమునకు, ముఖమునకు చెమట పట్టు నట్లు పాత్ర నుండి వచ్చు ఆవిరిని పట్టవలెను. ఈ విధముగా రెండు రోజులపాటు ఉదయము- సాయంత్రము అందు పట్టిన....దగ్గు, రొంప,జలుబులు వెంటనే తగ్గిపోవును.

B) చికిత్స (కడుపులోనికి) :- ముడిమిరియాలను- నలుగగొట్టి, కషాయము కాచి, ఇందు కొంచెము బెల్లము గలిపి, రోజుకు రెండు సారులు త్రాగించిన....వేడి, జలుబు, దగ్గు, నెమ్ము త్వరగా తగ్గిపోవును.

14] దగ్గు, గుండె నెమ్ము, పడిసెము వెంటనే తగ్గుటకు (రహస్య యోగములు) :-

చికిత్స (కడుపులోనికి) :- మిరియములు-5, చిన్నఉల్లిపాయ రెమ్మలు (వెల్లుల్లి)-5, మంచి పసుపు-3 చిటికెళ్ళు; బెల్లము కొద్దిగా- వీటిని బండ మీద మెత్తగా నూరి, పెద్ద కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు గట్టి, రోజుకు మూడు పర్యాయములు- పర్యాయమునకు ఒక మాత్ర చొప్పున మ్రింగుచున్న....ఎంత కఠినమైన దగ్గు, గుండె పడిసెములైననూ వెంటనే తగ్గును. (అనుభవయోగము).

15] చలి- జ్వరము (మలేరియా)నకు రహస్యయోగము :-

ఈ జ్వరము దోమ కాటు వలన వచ్చును. చలిజ్వరము రోజు విడచి రోజు వచ్చుచుండును. రోగి చలితో మిక్కిలి బాధ పడుచుండును. ఈ చలి జ్వరము పూర్తిగా తగ్గవలెనన్న .... వైద్యుడు ఈ క్రింది చికిత్సను చేయవలెను.

A) చికిత్స :- తెల్ల జిల్లేడు పూలు పూచే చెట్టు చిగుళ్ళను- 5 కుదుళ్ళ తీసికొని, మెత్తగా నూరి ఉండ చేసి, జ్వరము వచ్చుటకు రెండు గంటల ముందు ఏదైనా ఆహారము తినిపించి, తాంబూలములో పైన చెప్పిన జిల్లేడు మాత్రనుంచి, నోటి యందుంచుకొని కొంచెము కొంచెముగా రసమును మ్రింగిస్తుండాలి. ఈ విధముగా రెండు రోజులు చేసిన చాలును. మరీ మొండి జ్వరమైతే.... 3 పర్యాయములు వాడితే తగ్గుతుంది.

B) చికిత్స (రహస్య యోగము) :- మార్కొండాకు (పిప్పెంటాకు)ను- నలపాలి. పలుచటి గుడ్డను- కొంచెము పసుపులో తడిపి, ఆ వస్త్రమున- పైన చెప్పిన పిప్పెంటాకు నుంచి. దండచే అతికి (కుడి మోచేతినుంచి భుజమువఱకు గల మధ్య ప్రదేశమునకు)కట్టినచో.... మొండి జ్వరములు రావు.

C) చికిత్స :- నాలుగు జిల్లేడు చిగుళ్ళనుగానీ, ఐదు మిరియములను గానీ, తములపాకులో బెట్టి; ఆ రసమును మ్రింగిస్తుంటే....జ్వరము రాదు. జ్వరము తగ్గేవఱకు ఈ విధముగా చేయాలి. హాస్పిటల్‌లో గవర్న మెంట్ డాక్టరైతే ఈ వ్యాధికి- 'క్లోరోక్విడ్', 'నవాక్విన్ టాబ్లెట్స్'; ఇంజక్షన్స్ చేస్తుంటారు (ఇది అనుభవయోగము).

D) చికిత్స :- దుష్టపాకు (దొండాకును పోలి వుంటుంది. పూత గుత్తులు గుత్తులుగా తెల్లగా పూస్తుంది)ను గూడా పై విధముగా తాంబూలములో పెట్టి, నమిలించి, రసమును మ్రింగిస్తుంటే....చలి-జ్వరములు తప్పక తగ్గును.

16) పార్శ్వపు తలనొప్పికి (అద్భుతమైన రహస్య యోగము) :-

ఈ వ్యాధిని సంస్కృతములో "అర్ధావభేదమ"నియు, తెలుగులో "ఒంటి కణత నొప్పి" అనియు పిలుస్తుంటారు. ఈ నొప్పి గలవారు విపరీతముగ బాధపడుచుందురు.

A) చికిత్స :- నారింజ కాయపై తోలును దీసి, ఆ తోలును- ఒత్తి, ఆ వచ్చే నూనెను- దూదిలో తడిపి, పుల్లకు జుట్టి, ఏవైపు నొప్పిగా వుంటే- ఆవైపు చెవిలో బెట్టి త్రిప్పాలి. ఒకసారి వాడితే.... తగ్గనపుడు మరల రెండవసారి వాడరాదు.

B) చికిత్స :- శొంఠి కొమ్మును- చిక్కని బియ్యపు కడుగు నీటిలో అఱుగదీసి; ఆ రసమును- ఏవైపు నొప్పివుంటే.... ఆ వైపు ముక్కులో పిండాలి. తప్పక నూటికి నూఱుపాళ్ళ నొప్పి తగ్గిపోతుంది.

C) చికిత్స (ఇదికూడ రహస్య యోగమే) :-

నల్ల ఉమ్మెత్తాకు రసమును- ఎడమవైపు నొప్పిగా ఉంటే.... కుడి కంటిలో వేయాలి. కుడివైపు నొప్పిగా ఉంటే.... ఎడమకంటిలో వేయాలి. రెండు-మూడు చుక్కలు పిండిన చాలును. నొప్పితగ్గును.

కుసుమ వ్యాధి-అందలి రకములు

ఈ కుసుమ రోగమునే- ఆంగ్లమున "గనోరియా" అని యందురు. తెలుగులో "సెగరోగము" అని యందురు. ఈ వ్యాధి స్త్రీ-పురుషులకు- ఆ వ్యాధి ఉన్నవారితో సంపర్కము జేయుట వలన కలుగును. ఇది ఎక్కువ బాధను కలిగించు వ్యాధి! దీనిలో "పచ్చసెగ, ఎఱ్ఱసెగ, తెల్ల సెగ, మిశ్రవర్ణమైన సెగ, ఆకుపచ్చసెగ" అని 5 రకములు గలవు

సెగవ్యాధి లక్షణములు : **A)** మూత్రద్వారమున అమితమైన నొప్పి, భరింపలేని మంటతో రోగి మిక్కిలి బాధపడుచుండును.

B) మూత్రద్వారము నుండి చెడువాసనతో గూడిన ద్రవము వెలువడు చుండును. ఈ ద్రవము-పసుపు, ఎఱుపు, తెలుపు రంగులలో నుండును. మూత్రము కొద్దికొద్దిగ గానీ, బొట్లు బొట్లుగ గానీ వెడలుట ఈ వ్యాధి ముఖ్యలక్షణము!

C) పురుషాంగమునకు స్తంభన గలిగినపుడు (లేచినపుడు)- మిక్కిలి బాధగలుగుచుండును. ఈ వ్యాధి ఆరంభించుటకు ముందు- రోగికి జ్వరము వచ్చుచుండును.

ఈ వ్యాధి గలవారికి సంతానము గలుగదు. సంతానము కలిగినా- బలహీనము, అల్పాయుష్షను గలవారై యుందురు. వైద్యము చేయించు కొన్ననూ- ఇంకనూ తగ్గని మొండి వ్యాధిగల వారీక్రింది చికిత్సలను ఓపికతో చేసికొన్న ... ఉపయోగముండును.

D) మర్మావయవము నుండి బయటకు వచ్చు ద్రవము యొక్క రంగును బట్టి ఏ విధమైన సెగరోగమైనది నిర్ణయించుకొని వైద్య చికిత్సలు చేయించుకొనవచ్చును.

1] చిరకాలము శరీరమునందు జీర్ణించిన తెల్లసెగకు :-

A) చికిత్స:- లవంగములు,ఏలకులు, రేవలచిన్ని, వాయు విడంగములు, మిరియాలు, తెల్లని పంచదార (చీనా పంచదారకాక మామూలు పంచదార) వీటిని వస్తువుకు 5 గ్రామ్‌ల చొప్పున తీసికొని; పన్నీరుతో మర్దించి. బటానీ గింజలంత మాత్రలు జేసి, పూటకొక మాత్ర చొప్పున బుచ్చుకొనిన.... చిరకాలము నుండి శరీరమున జీర్ణించిన తెల్ల సెగరోగము హరించును (ఇది అనుభవయోగము).

గమనిక :- చీముపట్టు పదార్థములను తినరాదు.

B) చికిత్స :- నల్లమిరియాలు, ఏలకులు, జాపత్రి, లవంగాలు' జాజికాయ, బిడారు వాము, బొడ్డచెక్క, దాల్చినచెక్క- వీటిని దినుసునకు 5 గ్రామ్‌ల చొప్పున గ్రహించి; తరువాణి (అన్నము పులియబెట్టిన 'పుల్లని నీరు)తో మర్దించి, పూటకు కుంకుడు గింజంత చొప్పున రోజుకు రెండు పూటలు పుచ్చుకొనవలెను. ఈ విధముగా 3 రోజులు వాడిన.... తెల్ల సెగ నివారించును.

C) చికిత్స :- లేతరేగు ఆకులు-61, మిరియపు గింజలు-61, వీటిని మెత్తగా నూరి; కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు జేసి, పూటకొక మాత్ర చొప్పున ఆవు మజ్జిగతోగానీ, చక్కెరతోగానీ 8 రోజులు తీసికొన్న.... 'తెల్లసెగ' తగ్గిపోవును.

D) చికిత్స :- పచ్చకర్పూరము, ఏలకులు, లవంగాలు, మిరియములు, తెల్లజీలకర్ర, ఏనుగు పల్లేరు వేరులు వీటిని దినుసుకు-1 తులము (రూపాయ ఎత్తు తూకము) చొప్పున చూర్ణించి; పూటకు పావుతులము చొప్పున 3 రోజులు పుచ్చు కొనిన.... తెల్లసెగ నశించును.

E) తెల్ల సెగకు తేలికమందు :- గవ్వ సాంబ్రాణీని మెత్తగా చూర్ణించి. వస్త్రగాలితము (సన్నని వస్త్రముతో జల్లించి) చేయాలి. దీనిని పూటకు రెండు గ్రామ్‌ల చొప్పున అంతే పంచదార కలిపి పుచ్చుకొనుచుండవలెను.

F) మరియొక సులభయోగము :- పెసర పిండిని- కలబంద రసములో నాననిచ్చి, పూటకు ఉసిరికాయంత చొప్పున పది రోజులు పుచ్చుకొన్న.... తెల్లసెగ వ్యాధి నివారించును.

2] ఎఱ్ఱ సెగకు చికిత్సలు :- మూత్రద్వారమున ఎఱుపు రంగుతో ద్రవము వెలువడుచుండును. మూత్రవిసర్జన సమయమున మంట గలుగుచుండును.

A) చికిత్స :- తులసి ఆకు, తెల్లని ఘాటైన పెద్దఉల్లి (నీరుల్లి), మిరియములు- వీటిని సమానభాగములుగ నూఱి; గచ్చకాయంత మాత్రలు గట్టి, 5 రోజులు రోజుకొక మాత్ర చొప్పున భోజనానంతరము వాడు చున్న.... ఎఱ్ఱ సెగరోగము తప్పక తగ్గిపోవును.

B) చికిత్స :- మంచి గంధము, యష్టిమధుకము (గురిగింజ చెట్టు వేరు! ఈ గురువింద- తీగవలె చెట్టుకు ఎగ్రబాకును. ఆకులు చింత ఆకువలె నుండును. దీనిలో ఎఱుపు, తెలుపు రెండు రంగుల గురివింద లుండును. ఏ వైద్యమునకైననూ తెల్ల గురిగింజలే మిగుల శ్రేష్టము), కూతురు బుడమ వేరుచెక్క, పంచదార, కరక్కాయ పెచ్చులు, ఇవన్నియు సమానభాగములుగా మెత్తగా చూర్ణించి; రోజుకి మూడు పూటలా వారము రోజులు వాడిన.... ఎటువంటి మొండి సెగవ్యాధులైనను తగ్గిపోవును (పులుసు వర్జితము. వాడరాదు).

C) స్త్రీలకు-ఎఱుపు, తెలుపు సెగలకు చికిత్స :-

గంగరావి ఆకు చిగుళ్ళను- బాగుగా నూఱి; పిప్పళ్ళు ఇంగువలను కలిపి, (మూడూ సమభాగములే) మూడు రోజులపాటు ప్రొద్దుటిపూట మాత్రమే సేవింపవలెను. కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు వాడవలెను.

D) పురుషుల ఎఱ్ఱసెగవ్యాధికి మరియొక చికిత్స :-

శొంఠి, ఏలకులు, ధనియాలు, పిప్పళ్ళు, తెల్లజీలకఱ్ఱ; కొండపిండి వేరులు, ఉరిసెన వేరులు, దాల్చినచెక్క, ఉసిరికపప్పు- వీనిని సమానభాగములుగా చూర్ణించి; పూటకు అరతులము చొప్పున 5 రోజులపాటు ఉదయ-సాయం త్రములందు కడుపులోనికి తీసికొన్న.... ఎఱ్ఱసెగ వ్యాధి నివారించును

B) ఎఱ్ఱ సెగకు వేఱొక చికిత్స :- దాల్చిన చెక్క, నల్ల తుమ్మ చిగుళ్ళు, తెల్ల చక్కెర, తంగేడు చిగుళ్ళు, ఏలకులు, తవాక్షీరి (వెదురుప్పు)- వీటిని సమాన భాగములుగా మెత్తగా చూర్ణముచేసి; పూటకు 3 గ్రామ్‌ల చొప్పున పుచ్చుకొని మంచినీరు త్రాగిన.... ఎఱ్ఱసెగ వ్యాధి నయమగును (ఈ చూర్ణము వారము రోజులు వాడవలెను. చీము పట్టు పదార్థములను తినరాదు).

3) ఎఱుపు-తెలుపు సెగలకు :-

చికిత్స :- దూసరాకు పసరు, నెయ్యి, కోడిగ్రుడ్డులోని తెల్లసొన- ఇవి సమానముగా ఒక గిన్నెలో బోసి; ఇందులో 9 మిరియాలను నూఱి, కలుపుకొని; పూటకు అరఔన్స్ చొప్పున త్రాగుచున్న.... స్త్రీలకు పచ్చ సెగ హరించుటేగాక.... తెల్ల సెగలుకూడ తప్పక నివారించును.

4] పచ్చసెగ వ్యాధికి చికిత్సలు :-

A) చికిత్స :- రెండు తులముల మంచి తులసి ఆకు రసములో రెండు తులములు పంచదారను కలుపుకొని; వరుసగా 4 రోజుల పాటు భోజనము చేసిన తదుపరి రోజుకి రెండు పూటలా త్రాగుచున్న....పచ్చ సెగ నివారణ యగును.

B) చికిత్స :- జమ్మి చిగుళ్ళు 3 తులములు, తాటి బెల్లము 5 తులములు-ఈ రెంటిని మెత్తగా నూఱి; కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు చేసి, 7 రోజుల పాటు ఉదయ-సాయంత్రములందు పుచ్చుకొనిన....పచ్చ సెగ వ్యాధి తప్పక హరించును.

C) చికిత్స :- రేవలచిన్ని- పావుతులము (పావలా ఎత్తు తూకము), ఏలకులు- అరతులము, రస సింధూరము- తులము, లవంగములు- అర తులము- ఈ దినుసులను 2 తులముల మంచి పన్నీటితో నూఱి; మరల చందిని (ఒక రకపు సువాసన నీరు)తో- నూఱి; సెనగ గింజలంత మాత్రలు జేసి, 9 రోజులుపాటు ఉదయ- సాయంత్రములందు వాడుచున్న....అతి భయంకర బాధను కలిగించు సెగలు కూడ త్వరగా నయమగును.

D) చికిత్స :- నేల ఉసిరికను- సమూలముగా (వేరులతో సహా) తెచ్చి, నూరి కుంకుడు గాయంత ఉండలు చేసికొని, పంచదారలో పొదిగి (పంచదార కోటింగ్) 9 దినముల పాటు- రోజుకు రెండు పర్యాయముల చొప్పున వాడిన పచ్చసెగ నశించును.

E) చికిత్స (ఎన్ని మందులు వాడిననూ తగ్గని పచ్చ సెగ వ్యాధికి) :- ప్రత్తి వేరులు-దురదగొండి వేరులు, తెల్ల బెండ వేరులు, తంగేడు వేరులు, అత్తపత్తి వేరులు- ఇవి అన్నియు సమాన భాగములుగా దెచ్చి, బాగా దంచి, 3 తవ్వల నీళ్ళుబోసి, సోలెడు నీళ్ళగునట్లు మరగ కాచి, పూటకు ఉగ్గు గిన్నెడు చొప్పున కలకండ పొడి గలిపి పుచ్చుకొనుచున్న....ఎంత మొండి సెగవ్యాధులైననూ వారము రోజుల లోనే అత్యద్భుతముగా తగ్గును.

F) చికిత్స (పురాణ సెగరోగములు మరియు సంవత్సర మైనా తగ్గని సెగలకు) :- నేతిలో వేపించిన వేప బంక- 1 తులము, వెలగ బంక- పావు తులము, రేవల చిన్ని- అర తులము, చలువ మిరియాలు- 1 తులము- వీటిని చందినీ పన్నీటితో మర్దించి; రేగు గింజలంత మాత్రలు చేసికొని, రోజుకు ఒక మాత్ర చొప్పున పంచదార పానకము అనుపానముగ విడువక 15 రోజులపాటు పుచ్చుకొనిన.... చాలా కాలమునుండి తగ్గని సెగ రోగమైనను తప్పక నివారించును.

G) చికిత్స :- పచ్చ కర్పూరము, హారతి కర్పూరము, గవ్వ పలుకు సాంబ్రాణి- వీటిని సమభాగములుగా తెచ్చి; మాత్రకు వచ్చువరకు మెత్తగా నూరి, కంది గింజలంత మాత్రలు చేసికొని, 5 దినముల పాటు తినిన.... సర్వ సెగలు హరించును.

H) చికిత్స :- మంచి దొండాకు పసరు గిద్దెడు తీసికొని, ఇందు పంచదారను కలుపుకొని, పూటకు ఉగ్గు గిన్నెరసము చొప్పున 5 రోజుల పాటు పరగడుపునే సేవించుచున్న .... పచ్చ సెగ వ్యాధి త్వరగా నయమగును.

I) చికిత్స (పచ్చసెగ వ్యాధికి పరమహంస ప్రక్రియ):- నేల గొలిమిడాకు, దుష్టపు తీగ చిగుళ్ళు, వెల్లుల్లి పాయ (ఏక చిన్నుల్లి పాయ రెబ్బలు లేనిది), గుంట కలగర ఇగుళ్ళు, ఇవి అన్నియు సమముగా నూరి; కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు చేసికొని, 9 పూటలు పుచ్చుకొనిన....పచ్చసెగ వ్యాధి త్వరిత గతిని తగ్గును (చప్పిడి పథ్యము చాలును).

5] తెల్ల సెగలకు కుబేరాక్ష యోగము :-

పటిక, సూరేకారము, నవాసాగరము, మడ్డి వెలిగారము, శిలాజిత్తు భస్మము- ఇవి సమాన భాగములుగా తీసికొని; దేనికదే విడివిడిగా నూరాలి. పటిక, నవాసాగరము పొడుములను కలిపి; ఇందు సగము వేఱుగనుంచి, తక్కిన సగమును- ఒక మూకుడులో బోసి చదరముగా సర్ది, దీని- పైన సూరేకారము పొడుమును పోసి, మరల చదరముగ చదిరి దీనిపైన తక్కిన పటిక- నవాసాగర మిశ్రమమును వేసి, చదిరి; పేలగింజ అగునట్లు పొంగించి, తదుపరి మడ్డి వెలిగారమును- వేఱుగా పొంగించుకొని, మొదట పొంగించిన దానిని చూర్ణించుకొని, ఇందులో పొంగించిన మడ్డి వెలిగారము, శిలాజిత్తు భస్మములను కలిపి; మరల నూరి- దీనిని కలబంద గుజ్జుతో- ఒక రోజంతయూ నూరి, కుంకుడు గింజలంత మాత్రలు చేసికొని, ఈ మాత్రలను- రోజుకి రెండు పూటలా వాడు కొనవలెను. జమ్మి, పిచ్చి కుసుమ, రేవల చిన్ని ఈ దినుసుల వేరుల చిక్కని కషాయముతో మాత్రలను వాడవలెను. ఉదయ- సాయంత్రములందు ఈ కషాయముతో మాత్రలు వేసికొంటూ.... మధ్యాహ్నము పూట, ఒక తులము పంచదారలో- చందెనీ (పన్నీరు)ని 10 చుక్కలు వేసికొని తినవలెను. ఇట్లు ఈ మాత్రలను వాడిన మూడు పూటలకే గుణమిచ్చును.

గమనిక :- పై మందును శ్రద్ధతో నూరి, పుచ్చు కోవాలి. చీము పట్టు పదార్థములను తినకూడదు. చప్పిడి పథ్యము, మజ్జిగ, కొబ్బరి బొండాయనీరు వాడుచున్న....ఘోరమైన కాకలు, పాత సెగలు, మంట-పోటు గలిగిన సెగలు గూడా ఆశ్చర్యకరముగ నశించును. నాలుగు రోజులు వాడిన చాలును

6] త్రివిధ విధములైన సెగలకు చికిత్సలు :-

A) చికిత్స:- రావి విత్తులు, మజ్జి విత్తులు, ఏలకులు, ఏనుగు పల్లేరు విత్తులు, సజ్జావిత్తులు (రుద్ర జడ విత్తులు), గొబ్బివిత్తులు, వేప బంక, శిలాజిత్తు భస్మము- ఇవి సమాన భాగములుగా తెచ్చి; చూర్ణించి, చూర్ణమునకు రెట్టింపు పంచదారను కలుపుకొని, పూటకు అర తులము చొప్పున 15 దినముల పాటు సేవించిన .... అన్ని విధములైన సెగ వ్యాధులు హరించును.

B) చికిత్స :- తంగేడు చిగుళ్ళు, తెల్ల తుమ్మ చిగుళ్ళు, చలువ మిరియాలు, ఏలకులు- ఇవి సమాన భాగములుగా తెచ్చి: నూరి పూటకు అర తులము చొప్పున పుచ్చు కొంటున్న .... సర్వ సెగలు హరించును.

C) చికిత్స :- శ్రీ చందనము, ఏలకులు, జాజికాయ, జాజిపత్రి, మంచి గంధము, పొంగించిన పటిక, శిలాజిత్తు భస్మము- వీటిని సమాన భాగములుగా తెచ్చి, చూర్ణించి, పూటకు అర తులము చొప్పున- కలబంద గుజ్జు అనుపానముతో సేవించిన....అన్ని సెగ రోగములు నశించును.

D) చికిత్స :- లవంగాలు- అర తులము, ఏలకులు- అర తులము, పటిక- అర తులము, సూరేకారము- పావు తులము, చక్కెర- నాలుగు తులములు- వీటిని చూర్ణించి; కలబంద గుజ్జుతో ఒక రోజు మెత్తగా నూరి, రేగుగింజలంత మాత్రలు చేసికొని, సేవించిన....సర్వ సెగలు హరించును.

E) చికిత్స :- చింత విత్తులపై బెరడును- చూర్ణించి, పాలలో కలుపుకొని, కొంచెము చక్కెర చేర్చి, 40 రోజులుపాటు సేవించిన .... సర్వ సెగలు, శుక్లమేహము అతిసారము (నీళ్ళవిరేచనములు) హరించును.

గమనిక :- ఎవరికైననూ, ఏ రంగుగల సెగవ్యాధి యైననూ వెంటనే- కడుపులోపలకు మందును పుచ్చుకొంటూ....మూత్ర నాళము లోనికి ఈ క్రింద వ్రాసిన చికిత్సలలో- మీ శరీరమునకు ఏది సరిపడునో చూచుకొని, ఆ లోషన్ నీళ్ళతో పిచికారీ చేసిన (కడిగిన).... బాధ తగ్గి- పుండు మానును. ఈ సెగ జాడ్యమునకు- పైన వ్రాసిన చికిత్సలలో

ఏది మీ శరీరమునకు సరిపడునో దానిని చేసికొనిన .... వైద్యుని అవసరము లేకయే, కొద్ది ఖర్చుతో జబ్బు తప్పక నయమగును. త్వరపడక-ఓర్పుతో ఈ ఆయుర్వేద వైద్య ప్రక్రియలను జరుపుకొనిన .... తప్పక ఉపయోగము కలుగును.

పిచికారీ (కడుగు మందుల) చికిత్సలు :-

సెగవ్యాధి (గనోరియా) గల వారి మూత్ర నాళములోనికి-ఇంజక్షన్ గొట్టముతో- బహు జాగ్రత్తగనూ, మృదువుగనూ పిచికారి చేయవలెను. మందులు వాడిననూ....పిచికారీ చేయించుకొన కున్నచో. ఉపయోగముండదు.

A) చికిత్స :- తుమ్మచెక్క కషాయము (తుమ్మతాట నా బెట్టగా వచ్చిన నీరు)తో- పిచికారీ చేయవచ్చును.

B) చికిత్స :- మజ్జిగ తేటలో నల్ల మందును- చాది ఈ నీటితో స్త్రీ- పురుషుల మూత్ర నాళములను కడుగ వచ్చును.

C) చికిత్స :- మాడ్చిన మైల తుత్తమును- చల్లని మంచి నీటితో మిరియపు గింజ పరిమాణము మెత్తగా నూరి, 4 ఔన్స్‌ల నీటిలో గలిపి పిచికారీ మందుగా ఉపయోగించవచ్చును.

D) చికిత్స :- కరక్కాయ పెచ్చులను- కచ్చాపచ్చాగా నలుగ గొట్టి, అర గిద్ద నీటిలో 1 రాత్రి నాన నిచ్చి, ఆ నీటిని పిచికారీకి ఉపయోగించవచ్చును.

E) చికిత్స :- రెండు వడ్ల గింజల 'కాస్టిక్' (**Caustic**)'ను నీళ్ళలో కలిపి, పిచికారీ చేయవచ్చును.

F) చికిత్స :- గోరింటాకును- ఒక రాత్రి యంతయు నీటిలో నాన నిచ్చి, మరువాడుదయమా ఆకును- నీళ్ళలో పిసికి, ఆకును తొలగించి, ఆ చిక్కని నీటిని పిచికారి కుపయోగించవలెను.

G) చికిత్స :- రాగి చెక్క, మజ్జిచెక్క, వగరు వక్కలు- ఈగి ఘ్మూట్టినీ కలిపి; కషాయము కాచి, పిచికారీ చేయవలెను.

H) చికిత్స :- తెల్ల కాచును- నీటిలో చాది, నీటిలో కలిపి, పిచి చేయవచ్చును.

సర్వ సెగ వ్యాధులకు పథ్యము (తినదగిన పదార్థము)లు :-

చద్ది అన్నము, బుడమదోసకాయలు, పొట్లకాయలు, బీరకాయలు, పెరుగు దోటకూర, దోసకాయ, కాకరకాయ, పుచ్చకాయ, మజ్జిగ, పెరుగు, నెయ్యి, పెసర పప్పు, పుల్లనీళ్ళు, కమలాకాయలు. బత్తాకాయలు, నారింజ, చక్కెరకేళీ, పంచదార, పానకము, మూడు పూటల వేడి నీటి స్నానము- ఈ పదార్థములను- సెగ వ్యాధి గలవారు వాడవచ్చును.

సెగవ్యాధి రోగులకు అపథ్యములు(తినరాని పదార్థములు):-

పులుసు, ఆవనూనె, గుమ్మడి, వంకాయ, గోంగూర, మామిడి కాయ, నూనెతో వండు పిండి వంటలు, పాలు, కష్టము గలిగించు పనులు చేయుట, స్త్రీ సంభోగము, ఎక్కువగ తిరుగుట, మత్తు పానీయములు త్రాగుట, గోధుమలు, మినుములు, మునగ కాయలు, మనోస్తిమితము లేకుండుట, నిషా పదార్థములు మొదలగు వాటిని సెగవ్యాధి గల వ్యక్తులు తినరాదు.

దంతవైద్య ప్రకరణము

దంతాలు మల్లెపూలలా స్వచ్ఛముగా మెరుస్తుంటే.... చూసేవాళ్ళ నాకర్షిస్తాయి. ముఖానికి సగము శోభను గలిగించేవి దంతాలేనని చెప్ప వచ్చును. పూర్వకవులు గూడా దంతాలను ముఖపద్మ కేసరాలని వర్ణిం చారు. దంతాలు పుచ్చిపోకుండా ఆరోగ్యముగా వుండాలంటే.... కొన్ని నియమాలను పాటించాలి.

1] ఎక్కువగా తీయని పదార్థములను తినేవారికి దంతవ్యాధులు అధికముగా వచ్చే అవకాశ మున్నది.

2] మనము భుజించే ఆహారపదార్థములు పళ్ళ సందులలో ఇఱుక్కుపోయి, పాచి ఏర్పడుతుంది. పాచినుండి క్రిములు ఉత్పత్తి

ఔతాయి. కనుక ఆహారపదార్థములు తిన్న తదుపరి నోటిలో నీరుంచు కొని, పుక్కిలించి ఊయుట యంచిది.

3] ఆహారము తీసికొనుటకు ముందు, తిన్నతదుపరి గూడ దంతము లను బ్రష్‌తో శుభ్రపఱుస్తుంటే.... దంతాలు త్వరగా పుచ్చిపోవు.

4] దంతములమీద పేరుకుపోయిన గారను, మలినములను- 4-5 నెలల కొకసారి వైద్యునిచేత తీయించుకుంటే.... త్వరగా దంత వ్యాధులు రావు.

5] జీర్ణశక్తి లోపించుట వలన, సరిగా దంతములు తోమక పోవుట చేత, మరికొన్ని ఊపిరితిత్తుల వ్యాధుల వలన- నోటి దుర్వాసన వచ్చుట సంభవించును. ఏ కారణము వలన వ్యాధి వచ్చినది గ్రహించి, వైద్యము చేయించుకోవలెను.

6] ఐస్‌వంటి మిక్కిలి చల్లని పదార్థములుతిన్నా, కూల్‌డ్రింక్స్ (శీతల పానీయములు) త్రాగినా, కాఫీవంటి వేడి పదార్థాలు త్రాగినా.... దంతాలు దెబ్బతింటాయి. కనుక సమశీతోష్ణ పదార్థములను తీసి కొంటుంటే.... దంతములు దెబ్బతినకుండా వుంటాయి.

7] తీపి పదార్థముల నెక్కువగ భుజించని వారికి త్వరగా దంత వ్యాధులు రావు.

దంతములవెంట రక్తము కాఱుట :- ఆహారమున కొన్ని విటమిన్‌లు లోపించుటచే చిగుళ్ళవెంట రక్తము గాఱుచుండును.

1] చికిత్స :- పొంగించిన పటికను- మెత్తగా నూఱి, అర కప్పు నీళ్ళలో- అరతులము భస్మమును గలిపి, రెండు-మూడు పర్యాయ ములు పుక్కిలించి ఊయవలెను. వరుసగా 4-5 రోజులిట్లు చేసిన.... చిగుళ్ళవెంట రక్తము గాఱుట పూర్తిగా తగ్గిపోవును.

2) చికిత్స :- పొగడమాను చెక్కను నములుచున్ననూ, దాని రసమును పుక్కిలించుచున్ననూ- దంతములు వజ్రములవలె ప్రకాశించును. ఈ చికిత్స వరుసగా 15 రోజులు చేసి, మరల 15 దినములు ఆగి,

మరల 15 రోజులు చేయాలి. ఇట్లు రెండు మాసములు చేసిన.... ఎటు వంటి దంత వ్యాధులనైననూ క్రమముగా నశించి, ఆరోగ్యము గలుగును.

పండ్ల నొప్పులకు :- కొందఱికి- విటమిన్-A, విటమిన్-D లోపము వలన దంతములు కదలుచూ, పటుత్వము దప్పి, ఆహార పదార్థ ములు నమలుచున్నపుడు మిక్కిలి బాధగలుగు చుండును.

చికిత్స :- వేపచిగుళ్ళు, చేదుపొట్ల ఆకులు, మఱ్ఱిచెట్టు చిగుళ్ళు, మామిడి, అత్తి, జువ్వి, రావి, జాజి- ఈ చెట్ల చిగుళ్ళను సమాన భాగము లుగా దీసికొని; కషాయముగాచి, రోజుకు రెండు పర్యాయములు చొప్పున 15 రోజులపాటు రోజువిడచి రోజు నోటియందు 10 నిమిషములుంచు కొని, పుక్కిలించి. ఉమ్మివేయుచున్న.... సమస్తములగు పంటి నొప్పులు అద్భుతముగ నివారించును.

నోటి దుర్వాసనకు :- కొందఱికి- శరీరతత్వము ననుసరించి- నోటినుండి చెడు వాసన బయటకు వచ్చుచుండును. అట్టివారు ఇతరులకు కొంచెమెడముగ నుండి, మాట్లాడు చుండవలెను.

చికిత్స :- చంగల్వ కోష్టును- పొడిజేసి, దానిని తేనెతో గలిపి, మెత్తగా పేస్ట్‌వలె నూఱి- ఒక పాత్రలో నిల్వజేసి, దీనిని బ్రష్ మీదవేసి కొని, దంతములను తోముకొనుచున్న ఎడల .... నోటి దుర్వాసన కొద్ది రోజులలో తొలగి పోవును.

పుప్పి పంటి వ్యాధికి :- కొందఱికి- దంతములు పుచ్చి, లోపల క్రిములు జేరి, మిక్కిలి బాధ గలుగు చుండును.

చికిత్స :- తులము వెలగ బంకను మెత్తగా నూఱి- పొడిజేసి, ఆ చూర్ణములో- ముద్ద హారతి కర్పూరము తులము కలిపి, ఆ పొడిని దూదిలో చుట్టి, పుప్పి పంటికి నొక్కి పట్టుచున్న .... పావు గంటలో నీరు గాఱిపోయి, బాధ తొలగి పోవును.

—o—

విశేష 'ప్రజాదరణ' పొందిన మా ప్రచురణలు

...ాగము వాస్తు పండిట్
సత్యనారాయణ సిద్ధాన్తి గారి...

వాస్తు శాస్త్రము	18/-
వాస్తు యంత్ర రత్నావళి	20/-
గృహ వాస్తు చంద్రిక	15/-
గృహవాస్తు సారము	12/-
జ్యోతిష శాస్త్రము	25/-
దత్తాత్రేయ తంత్ర విద్య	20/-
యోగసాధన	12/-
కుండలినీ శక్తి	12/-
మంత్ర శక్తి	12/-
గోచార గ్రహఫలితాలు	12/-
అష్టనాగ పూజ	8/-
స్తోత్ర రత్నమాల	10/-
అందానికి మార్గాలు	8/-
అంగ సాముద్రిక శాస్త్రము	15/-
...ాస్ ప్లాన్స్	20/-
...ంద్రజాల రహస్యాలు	8/-
...ంద్రజాలం	8/-
...్యవందనమ్	12/-
...శుల వారికి ఫలితాలు	6/-
...శులు రాశి 1కి	4/-
...్యా ఫలితాలు	6/-
జననకాల ఫలదీపిక	10/-

S. గంగారామ్, M.A. గారి ....

డెస్క్ వర్క్ ఇంగ్లీష్ గ్రామర్:	
★ పార్ట్-I "టెన్స్"	12/-
★ పార్ట్-II "పార్ట్స్ ఆఫ్ స్పీచ్"	12/-

'కవిశ్రీ' D. ఆదినారాయణరావు గారి....

చిన్నారి పేర్లు	15/-
చిట్కా వైద్యం	15/-
చిట్కా వైద్యం-2	15/-
తెలుగు సామెతలు - సూక్తులు	15/-
555 జాలీ జోక్స్	12/-
★ స్త్రీలకు చిట్కాలు	15/-

'భాషా ప్రవీణ' రాయప్రోలు రథాంగపాణి గారి...

గృహవాస్తు దర్పణం	12/-
వ్యాకరణ పారిజాతం	12/-
షిర్డి సాయినాథ చరిత్ర (పారాయణ గ్రంథము)	16/-
హనుమద్వైభవము (పారాయణ గ్రంథము)	16/-
హనుమద్విజయము	18/-
తెలుగు - వెలుగు	16/-
మానవ "ధర్మ శాస్త్రం"	15/-
భారతీయ "కామకళాశాస్త్రం"	15/-
స్తోత్ర ప్రభాకరము	12/-
హాస్య కథలు	12/-

'రాష్ట్ర భాషా ప్రవీణ' "శ్రీ చిత్ర" పురాణపండగారి...

శ్రీ మహాలక్ష్మీ పూజ	6/-
దాంపత్య కామకేళి	12/-
ఆయుర్వేదమ్	16/-
అనుదిన ధర్మాలు	15/-
★ నామ జపం - జపఫలం	5/-
★ నిత్యానుష్ఠాన సంపుటి	10/-
★ కలియుగదైవం - కల్యాణ ఘట్టాలు	10/-

★ స్టార్ మార్క్ ఉన్నవి స్టాక్‌లో లేవు. స్టార్ మార్క్ లేనివి మాత్రమే స్టాక్‌లో ఉన్నవి.

గమనిక : పై వాటిలో మీకు కావలసిన పుస్తకాల ఖరీదును క్రింది అడ్రస్‌కు M.O. చేయండి! పైకము మాకు అందగానే సదరు పుస్తకాలను కేవలము Rs.1-00కి V.P.B.P.లో పంపగలము. ఉత్తర-ప్రత్యుత్తరాలకు రిప్లైకార్డ్ తప్పక వ్రాయాలి. M.O.కూపన్‌లో కావలసిన పుస్తకాల పేర్లు, అడ్రస్ స్పష్టముగా వ్రాయాలి. ఆంధ్ర ప్రదేశ్‌లోని అన్ని R.T.C. బస్‌స్టేషన్ బుక్ స్టాల్స్‌లోనూ, రైల్వే స్టేషన్స్‌లోని హిగ్గిన్ బాథమ్స్ మరియు ప్రైవేట్ బుక్ స్టాల్స్‌లోనూ మా ప్రచురణలన్నీ లభించును.

జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి - 522 201. Phone No. 23037

Cont....4rd Cover